[redacted]

改訂版

続 奇跡が起こる尿療法

ガンからリウマチにまで効いた
驚異の実名手記を満載！

中尾内科医院院長
中尾良一 編

マキノ出版

ビタミン文庫

改訂版

続 奇跡が起こる尿療法

ガンからリウマチにまで効いた驚異の実名手記を満載！

中尾内科医院院長
中尾良一 編

マキノ出版

はじめに

尿療法で最も大切な事実は、「尿は全く無害」であるということです。現代医学で使用されるさまざまな薬は、その開発過程で、動物実験を行って、無害であることが立証されたとしても、それが果たして人体に全く無害であるかどうか、また、長期間にわたって連用した場合の影響はどうか——など、その無害性の立証は大変困難です。

ところが尿療法では、それはすでに立証されていることなのです。あの太平洋戦争中の、薬も、満足な医療設備もない東南アジアの戦地で、私は、多数の軍人に尿療法を指導し、病気の治療に効果を上げた事実を実際に体験しています。つまり、今日、医学者や一般の人たちが最も懸念している尿療法の無害性については、すでに人体実験が済んでいるということです（詳細は『奇跡が起こる尿療法』〈四四〜四八㌻参照〉）。

このような事実をご存じない人たちの中には、医師を含めて「だいじょうぶなのか」「尿を飲むなんてとんでもない」などと公言する人もいますが、迷惑千万以外の何ものでもありません。

ところで、尿療法の効果が健康雑誌『壮快』や『奇跡が起こる尿療法』で紹介されるや、一気に実行者がふえました。特に難病に苦しむ患者さんたちは、それっとばか

りに尿療法を実行し始めました。その数は、私の想像をはるかに超えるものでした。その実行者の中から、一〇〇人に一人か、二〇〇人に一人かはわかりませんが、尿療法が効果を上げているとの報告や、尿療法で病気が完治したとの感謝の手紙、電話が私のところや『壮快』編集部に殺到し、その数は、今や一万人を超えています。

この数を考えると、実際に尿療法を実行している人は、全国で少なくても数十万人はいるのではないかと思われます。そして、全国の難病で苦しむ患者さんたちからの「尿療法でリウマチが治った」「ガンが消えた」などの喜びの声や、これまで臨床例のなかった病気にまで尿療法が効いたという報告を聞くに及んで、まさに私の予測どおり「尿療法は体の自然治癒力を増強して病気を治す」ことが裏づけられたと考えています。尿療法は、いまや現代医学の分野から見ても、決して無視できない存在となりつつあります。この『続・奇跡が起こる尿療法』では、それを証明する衝撃的な事実が満載されています。ぜひご一読ください。

なお、この続編の発刊に際して、『壮快』編集部のご努力や、執筆していただいた先生方、体験者各位のご協力に、深く感謝するしだいです。

平成二年九月　中尾良一

☆続・奇跡が起こる尿療法／目次

はじめに……………………………………中尾良一（中尾内科医院院長）　1

第1章　尿療法で奇跡がぞくぞく起こった……………中尾良一（中尾内科医院院長）　9

＊「尿療法で難病が治った」の報告が殺到し国内外で大反響　10
＊医学界でも尿療法の普及が進み医師の実行者が急増　12
＊ガンからうつ病まで尿療法が効いた病気がさらに拡大　14
＊尿療法はさまざまな病気になぜ効くのか　16
＊一時的に症状が悪化する好転反応は病気が治る前兆　18
＊おちょこ一杯の尿でガンや成人病が防げ健康も増進　20
＊尿療法の効果をぐんと高める実行の秘訣　21
＊肝臓ガンが尿療法でみごとに消滅した最新の実例　23

第2章　尿療法の劇的効果を確かめた医師たちの自験報告

〔ガ　ン〕治療を打ち切られたリンパのガンが二ヵ月の尿療法で消退……中尾良一（中尾内科医院院長） 26
〔前立腺肥大〕尿療法で前立腺肥大の症状がほぼ全快し息子の肝炎も軽快……堤　俊郎（堤内科医院院長） 27
〔白　髪〕尿療法を実践したら頭髪や陰毛が黒々、つやつやになった……小川東洋男（小川歯科医院院長） 30
〔疲　労〕尿療法を試したら顔色がよくなり全くの疲れ知らずに変身……渡辺貞夫（渡辺皮膚科医院院長） 34
〔ガ　ン〕尿の中にガン細胞の増殖をおさえる成分があることを確認……伊地知濱夫（済生会京都府病院院長） 37

第3章　尿療法でガンが消えた驚異の体験集

〔子宮ガン〕尿療法で「あったはずのガンが消えていた」と医師が告白……中尾良一（中尾内科医院院長） 42
〔膵臓ガン〕尿療法でガンの跡がわずかに残っているだけになり退院……藤島敏宣（藤島整骨院院長） 43
〔直腸ガン〕尿療法で肛門からの出血が消えX線写真も改善し大変元気……高橋治子（主婦） 47
〔膀胱ガン〕夫婦で尿療法を行い私はガンが妻は糖尿病が軽快……石田　明（無職） 51
〔肝臓ガン〕手術不能と宣告されたガンが尿療法で消失し医師も仰天……中尾良一（中尾内科医院院長） 55
〔食道ガン〕不治と診断されたガンが尿療法で消え検査で異常なし……中尾良一（中尾内科医院院長） 59

第4章　試した、治った、驚いた34人の実名手記

＊リウマチに著効が現れた

〔リウマチ〕ひざの痛みが尿療法で取れ階段の昇降もぐんと楽になった……松下規子（主婦） 64
〔リウマチ〕尿療法で手の痛みとこわばりが取れ胃潰瘍の症状も消失……山本和代（無職） 67
〔リウマチ〕どんな薬も無効だった関節の痛みと腫れが尿療法で鎮静……渡部　勲（渡部内科医院事務長） 70
〔リウマチ〕25年間苦しみぬいた全身の関節痛が尿療法で驚くほど軽快……遠山順一（農業） 75
〔リウマチ〕ありとあらゆる治療でも治らなかった痛みが尿療法で激減……中山スエ（主婦） 79

＊血圧が下がった、心臓病が治った

〔高　血　圧〕三、四日の尿療法で血圧が下がりひざの痛みも二ヵ月で消えた……大浦幸枝（会社員） 84
〔高　血　圧〕尿療法で高血圧と心臓病が改善し耳鳴りまで完全消失……三浦サチ（元看護婦） 87
〔心　臓　病〕15年悩んだ心臓病の発作が尿療法で止まり以来発作が皆無……小椋妙子（主婦） 91
〔心　臓　病〕狭心症の胸痛発作が尿療法を始めたら治まり皆無になった……及川和芳（無職） 95
〔心　臓　病〕病院で診断された心不全、不整脈が尿療法で治り病院と無縁……長崎佐枝（主婦） 99

＊糖尿病、肝臓病、胆石がぐんと改善

〔糖　尿　病〕300ミリグラムもあった血糖値が尿療法で172ミリグラムに下がり医師も仰天……小沢和子（公務員）104
〔慢性肝炎〕尿療法でGOT、GPTの検査値が下がり医師がびっくり……原田従道（農業）108
〔胆　石〕わき腹の激痛が三日の尿療法で消え薬をやめても痛まない……水野昭八（無職）111

＊痛風からひざや腰の痛みまで鎮静

〔痛　風〕関節の痛みが三ヵ月の尿療法で消え一五キロの減量にも成功……西岡正元（保育園園長）114
〔ひざの痛み〕尿療法でつらい痛みが消えひざの水を抜く必要が全く不要……中尾茂里（無職）117
〔ひざの痛み〕10年続いた痛みが尿療法で軽快し階段もらくらく昇降……小牧幾（主婦）120
〔手の痛み〕たった一週間の尿療法で痛みが消え首や肩のこりまで消滅……岡田正晴（無職）124
〔腰　痛〕手術が必要といわれたほどの痛みが尿療法でほとんど鎮静……柴田哲夫（自営業）127
〔腰　痛〕長年の腰痛が尿療法で治り今では尿療法の普及に全国行脚……森田冨也（一遍療法指導）131
〔足の痛み〕一ヵ月の尿療法で頑固な足の痛みが薄らぎ腫れも引いた……安井富美子（無職）135
〔顔の痛み〕11の病院を訪ねても治らなかった激痛が尿療法でほぼ消失……倉本タイ子（主婦）138
〔全身の痛み〕激痛で執筆も難儀だった作家の私をみごとに救った尿療法……小宮山かよ子（作家）142

＊髪や肌の悩みが吹き飛んだ

〔ハ　ゲ〕二ヵ月の尿療法でハゲ頭に毛髪が生え始め陰毛まで黒々……大浜和久（無職）146
〔白　髪〕一週間の尿療法で少し黒くなり一ヵ月で八割方黒髪に変身……小野今日子（無職）148
〔フ　ケ　症〕一家で尿療法を実行し夫のフケ症、子供のニキビが治癒……佐藤洋子（主婦）151
〔水　虫〕薬が全く効かなかった水虫が尿療法で治りかゆみが消失……小沢きみ子（主婦）154

＊うつ病、白内障、前立腺肥大にも効いた

〔血　友　病〕70年間の血友病で弱った筋肉と内臓の機能が尿療法で向上……佐藤熊鐵（無職）158
〔若　返　り〕山登りで体力を消耗しても尿を飲めばすぐに元気が回復……瓜生良介（ウリウ治療室院長）162
〔若　返　り〕尿療法で精気がよみがえり自信も湧いて一〇歳も若返った……藤野信夫（無職）165
〔セキ・タン〕15年間苦しんだ症状が四ヵ月の尿療法で完治し威力に驚嘆……伊藤康夫（団体監事）168
〔う　つ　病〕薬で全く治らなかったうつ病が尿療法で完治し不眠も消失……森本佐登美（自営業）172
〔白　内　障〕目の濁りが尿療法を行ったらすぐ取れ飛蚊症もよくなった……八谷キヨ（主婦）176
〔メニエル病〕めまいや吐きけが尿療法で改善し腰やひざの痛みも改善……門馬志都子（元和洋裁教師）180
〔前立腺肥大〕残尿感などのすべての症状が10日の尿療法で一気に解消……岡本泰治（自営業）184

第5章　尿療法のすべての疑問と不安に答えます……中尾良一（中尾内科医院院長）189

＊尿療法を実践する友の会組織のご案内

ＭＣＬ研究所は、尿療法を実践する人に、尿療法についての最新知識と情報を提供するためにつくられた尿療法の普及組織であり、中尾良一先生（中尾内科医院院長）が会長を務めています。ＭＣＬ研究所では、会員相互の交流を行い、定期的に会報を発行しています。なお、ＭＣＬ研究所の連絡先と入会方法は、左記のとおりです。

〈連絡先〉（東京）〇三―五七〇九―五七〇六　（岡山）〇八六―二二三―〇七四二

〈入会方法〉新規入会希望者は、郵便局で払込通知票に住所、氏名、自宅の電話番号を書き込み、口座番号＝岡山―二―一一六九五、加入者名＝ＭＣＬ研究所あてに、二〇〇〇円を添えて申し込んでください。

〔本文中の肩書き、年齢、年月の表現などは、一部を除いて一九九〇年十月十日のものです〕

装幀／前嶋信行

第1章

尿療法で奇跡がぞくぞく起こった

中尾内科医院院長
中尾良一（なかおりょういち）

◇「尿療法で難病が治った」の報告が殺到し国内外で大反響

マスコミ、特にテレビの影響力は絶大なものがあります。この尿療法が全国津々浦浦まで普及したのも、一つにはテレビ局による尿療法の紹介によるところが大きいといえるでしょう。尿療法の紹介番組をテレビで見たことによって、それまでちゅうちょしたり、しりごみしたりした人たちまでが、勇気づけられて、尿療法を実行するに至ったという例が、かなり多いのではないでしょうか。私のところには、難病患者の治癒報告や、感謝の手紙が連日殺到している状況ですが、「はじめに」でも述べたとおり、最低数十万人の実行者がいると思われます。

地域的にみても、南は奄美大島、沖縄から、北は北海道に至るまで、また、遠洋の出漁船や離島の無医村地区からも、病気が治ったという報告が相次いでいるのです。

難病に苦しむ人は、我が国だけにかぎっているわけではありません。我が国に最も近い隣国の韓国では、日本語が理解できる高齢者が多い関係からか、健康雑誌『壮快』を愛読する人も多く、尿療法に関する記事も広く読まれているようです。また、『奇跡が起こる尿療法』を韓国語に翻訳して出版したいという申し出もぞくぞく寄せ

られるなど、尿療法に対する関心がにわかに高まっています。

また、漢方の発祥の地、中国でも尿療法が大変注目されています。もともと中国の尿療法の歴史は、日本のそれよりもはるかに古いのですが、むしろ現状は実行者がどんどんふえている日本のほうが一歩先に進んでいるといっても過言ではないでしょう。そうした中国側の要請に従って、私たちは平成二年八月六日北京におもむき、日本での尿療法の普及の実情を知らせるべく、中国の医学者たちとの懇談会、講演会、記者会見などを行ってきました。

いずれにしても、韓国や中国でも徐々にではありますが、尿療法の実行者が増加しており、関心も高まりつつあります。このほか、筆者のもとには、アジア諸国はもとより、米国、ブラジルからも直接問い合わせがあり、現代医学も手の届かない難病患者がいかに多いかを物語っています。

今年の七月十六日、フィリピン・ルソン島を襲った大地震は、記憶に新しい出来事でしたが、この大地震で最も被害の大きかった高原保養都市のバギオ市で、まさに奇跡が起きたのです。奇跡は、倒壊したホテルのがれきの下から一四日ぶりに救出されたホテルの従業員に起こりました。この従業員は、救出されるまでの間は、自分の尿

を飲んでのどの渇きをいやしていたのです。何も食べずに水だけを飲んでいたとすれば、通常は一週間ぐらい生命力を維持するのがやっとです。確かに、この人は、ボデービルをやっていて普通の人より体力があったことは事実ですが、それにしても、尿を飲んで体力の維持とのどの渇きをいやして一四日間も生き延びたのは、尿による奇跡としかいいようがありません。

◇医学界でも尿療法の普及が進み医師の実行者が急増

医師が、尿療法を患者に実行するように直接指導することは、実際問題として、大変困難なようです。なぜなら、現代医学の医師たちは、尿療法に関する教育を全く受けたことがなく、尿は汚物だとする観念が定着しているため、尿を飲むなどということは、とうてい口に出せないのでしょう。しかも、自らの尿療法の体験なしには、自信をもって発言できるはずもありません。

『壮快』が尿療法を初めて紹介してから二年余り経過しましたが、その間に多数の難病患者が『壮快』の記事を読んで尿療法を実行しました。これらの難病患者のほとんどは、現代医療に見放された人たちです。もちろん、尿療法を実行したすべての人た

ちが治ったとはいえないまでも（人間には寿命があり、また、尿療法を実行する時機が遅れた人には、効果が期待できないのです）、大半の難病患者にとっては、まさに起死回生の妙法といえるでしょう。

このような事実を見たり聞いたりした医師たちも、患者には尿療法を積極的に教えることはないものの、医師自身の持病のリウマチや、家族のガンに対しては、尿療法の実行を考えるらしく、筆者のもとには、医師や病院からの問い合わせが連日のようにあるのです。これは、医師自身が薬物療法の限界を知り、また副作用の弊害も知っているためではないかと思われます。

例えば、ある大学の教授は、自らの腰痛の治療に尿療法を実行し、効果は上がっているが、内密に行っているとの報告。某医科大学の名誉教授（八十三歳）は、全身の体調がすぐれないので尿療法を実行中との報告。また、ある総合病院では、肝臓ガンの患者が『奇跡が起こる尿療法』を担当の医師から渡され、尿療法を実行しているという報告――。この病院では、担当の医師も自ら尿療法を始め、患者の中にも実行者がしだいにふえているといいます。

関西の某医科大学の講師は、やはり医師である父親のガンを治すために、尿療法を

始めたという報告、ある病院の院長（七十八歳）は、胃ガンの手術後の治療を尿療法で行い、経過が大変よいという報告、有名な農村病院の漢方研究部では、患者に尿療法を勧めて好成績をあげているといった報告――。以上のように枚挙にいとまのないほどです。しかも、これらの報告では、尿療法のすばらしい効果に、感謝の意を表しているものがほとんどです。

◇ガンからうつ病まで尿療法が効いた病気がさらに拡大

尿は、いったいどんな病気に効くのでしょうか。この答えは、だれもが知りたい事がらでしょう。私は、尿療法を薬と同一視するのは間違いだと考えています。むしろ、尿療法は、私たちが毎日ご飯を食べたり、お茶を飲んだりするのと同じだと考えます。ご飯やお茶（食事）は、人間の体力を維持するために必要欠くべからざる基礎的な栄養となりますが、尿もこれと併存して、体内の病気に対する自然治癒力を増強する役割を担っていると考えられるのです。つまり、体の自然治癒力を増強することによって、体の組織の機能を正常化し、結果的に病気がよくなるのです。尿療法があらゆる病気に対して効果を上げるのもこのためだと考えられます。

事実、尿療法は、常識的な医学の知識では考えられないほど、さまざまな病気に対して効果を発揮しています。その効果とは、骨折などの体の器質的な障害に基づく病気以外のすべての病気に好結果をもたらしています。

では、これまでに尿療法が効果を上げた病気をあげてみましょう。

①消化器の病気……ガン、潰瘍、ポリープ、胃腸炎、その他
②呼吸器の病気……ぜんそく、気管支炎、その他
③循環器の病気……不整脈、狭心症、心筋梗塞、その他
④泌尿器の病気……性病、膀胱炎、前立腺肥大、結石、その他
⑥内分泌に関する病気……甲状腺その他ホルモンの分泌異常、その他
⑦その他……神経系の病気、精神系の病気、不定愁訴、リウマチ、痛風、膠原病、消化器以外のガン、リンパ腫、骨髄性白血病、白内障、飛蚊症、水虫、老人性掻痒症、更年期障害、腟炎、腟びらん、不妊症、冷え症、歯槽膿漏、歯肉炎、口内炎、アルコール中毒症、てんかん、メニエル病、頭痛、腰痛、各神経痛、糖尿病、肝炎（A型、B型、C型、先天性）、肝硬変、ヘルペス、頻尿、イボ、ウオノメ、股関節痛、脳卒中後の半身マヒ、荒れ症など

――以上あげた病気は、主なものですが、そのほかにも数多くの治癒例があり、ガンからうつ病などの神経症に至るまで、ほとんどの病気に効果が認められたのです。

また尿療法を実行すると、だれもが一様に気がつく、目に見える効果があります。①肌がすべすべして滑らかになる、②顔の血色がよくなる、③髪の毛が黒くなり、毛の量もふえてくる、④イボ、ほくろ、シミ、ソバカスが消える、⑤疲れが取れ体力がつくなど、尿療法を実行すると、共通の効果が必ずといっていいほど現れます。

◇尿療法はさまざまな病気になぜ効くのか

尿療法は、ほとんどの病気に効果があった、と前述しましたが、なぜこうもいろいろな病気に効くのでしょうか。

ここでは、私の推論を述べてみたいと思います。

第一点は、尿の中にあるさまざまな物質が、その人の病気の患部に直接作用して効果を発揮するというものです。例えば、ウイルス性肝炎などの細菌性の病気については、尿中の抗体（細菌などの侵入によって血清内にできる物質）やホルモンなどの働きで、病気が改善するという考え方です。

第二点は、尿が体外に排出され外気に触れたあと、それを飲んで再び体内に戻され、消化管を通じて吸収されると、ある種の物質（例えばプロスタグランジン、インターロイキン）などの微量の産出が行われ、その刺激によって、さらにTリンパ球（胸腺由来リンパ球と呼ばれ、結核、腸チフス、ウイルスを防御する働きがある）、白血球などの増殖が行われ、その病気に特有の自然治癒力を推進する働きがあるという考え方です。

この第二点目の考え方は、簡単にいえば、尿が第一球の役目を果たし、次々と玉突き現象を起こす、あるいは、尿が一本のマッチのような火付け役となる、ということでしょう。しかし、これはあくまでも推論であって、結果として尿がさまざまな病気に効くからこのような推論が生まれるのです。

尿が病気を治すしくみがわからないからといって、治ったという結果を認めないわけにはいきません。それは、現代医学の知識がそれを解明できないというだけのことです。

生体のしくみは、尿にかぎらず、ほとんどのものは全く不明で、明らかにされているのはほんのわずかに過ぎないのです。

◇一時的に症状が悪化する好転反応は病気が治る前兆

尿療法は、患者が自分の尿を飲むという、一般の薬物とは全く違ったやり方であるため、薬のように動物実験で効果を確かめるという過程は踏んでいません。しかしながら、尿療法は、すでに四〇〇〇年もの歴史があります。しかも、薬も何もない戦争中の軍医時代の体験で、多数の尿療法実行者を見て、その効果と安全性を確認した筆者は、自信をもって勧めることができる画期的治療法だと確信しています。

ところで、自分の尿を飲むことによって体内に新しいなんらかの物質が産出されれば、それによって病気との闘いが始まり、そして病気が軽快していく——とさきに述べましたが（一七㌻参照）、この推定が正しいとすれば、その新しいなんらかの物質は、当初は、体にとって異物そのものであり、当然拒絶反応が現れるはずです。

逆にいえば、尿療法を始めて体に拒絶反応が現れれば、新しいなんらかの物質が産出されたことの証明であるといえるでしょう。そして、その新産物が病気に対抗するものであるとするならば、体に現れた拒絶反応こそ、すなわち病気を好転させる前兆と考えられるのです。

しかし、この拒絶反応＝好転反応（こうてんはんのう）も、体が外敵でないと感知するにつれて、反応もしだいに軽減し、消失していきます。これは、女性が胎児を妊娠したときに、当初は胎児を異物と感知してつわりが起こっても、しだいに体の一部と認識して、つわりが治っていく——のと同様と考えてよいでしょう。

好転反応は、一時的に症状が悪化し、ひどい場合には、耐え難いほどの痛みに悩まされるなどします。こうした好転反応が短期間で消失する場合はよいとしても、それが一ヵ月以上続く場合もあります。もし、このような好転反応が続く場合は、現代医学の力を借りることも必要でしょう。

好転反応で最も多いのは、痛みの増強ですが、これ以外に多いのは、しっしん、体のかゆみ、軽い発熱、胃腸の異和感、下痢、便秘、全身の倦怠感などです。

好転反応には、個人差があります。ですから、尿療法を始めるときは、最初から一回に二〇〇ミリリットルを超えるような飲み方は避けたほうがいいでしょう。初めは、三〇〜五〇ミリリットルくらいの少量で実施し、一〜二週間続けて慣れてきたら、順次増量していくのが望ましいやり方です。最初から大量に飲むと、好転反応をより強くするおそれがありますから、徐々に増量していくようにしましょう。また、すでに服用中の薬剤に

ついては、急に中止することはよくありませんので、尿療法で症状が軽減してきたら、徐々に薬もへらしていくことが肝要です。特に、ステロイド剤は、注意を要するので、医師の指導が必要です（好転反応については一九九～二〇一ページ参照）。

◇おちょこ一杯の尿でガンや成人病が防げ健康も増進

中高年の死因の大半を占めているのは、三大成人病といわれるガン、心臓病、脳卒中です。すでに述べたとおり、尿療法にはさまざまな効果があることがわかっていますが、ガン、心臓病、脳卒中を未然に防ぐ強力な武器として、尿療法以外の方法を私は思い浮かべることができません。病気を治す効果がある化学薬剤でも、直ちに予防に使用することはできないのです。例えば、抗ガン剤を日常的に用いてガンを予防することなどできません。治療に使われているのは、あたかもガンに抵抗できるような抗ガンという言葉のマジックに幻惑されているからにすぎません。尿療法の場合、治療効果が確認されているばかりか、健康な人でもなんら悪い反応を示さないのです。

インドの元首相のデサイ氏は、三十年近く尿を毎日飲んでいますが、九十四歳のいまでも驚くほど若くて健康です。長期に尿を飲用しても、病気一つせずますます健康

なデサイ氏の例は、病気を未然に防ぎ健康を増進させる効果が尿療法にあることを物語っています。中国では昔、尿は老化防止、不老長寿の妙薬だったようですが、若いときから行ってこそ効果があるのです。老化や成人病が始まってから尿療法を行うのではなく、まさに転ばぬ先の杖で、健康なときから実行することが大切です。尿療法の提唱者の一人である東原隼一（ひがしはらはやかず）先生（立野町蘭松医院院長）も、「万病の予防に自家尿が有効である」と主張されています。

病気予防のためには、おちょこ一杯（約五〇ミリリットル）の尿を毎日飲むだけでいいのです。こんなに簡単で、しかも金のかからない療法はありません。個人の経済に及ぼす恩恵もさることながら、日本の医療費の軽減にも大いに役立つことでしょう。

昨今のように、中高年の人にガンが増加し、心臓病による死亡者が相次いでいる現状を考えれば、健康なときから尿療法を実践すべきだと、確信するしだいです。

◇尿療法の効果をぐんと高める実行の秘訣

病気を治すために自分の尿を飲むのが尿療法です。

尿は口を開けて一気に飲みます。鼻で呼吸せず、ビールを飲むように一気飲みする

のがいちばんいいのです。臭みはないし、味は漢方の煎じ薬のようなものです。

飲む量は、個人の体質や病気の状態によって適量に差がありますが、一日一回、コップ一杯（約二〇〇ミリリットル）くらい飲むのが適当ではないかと考えられます。ただ、五〇〜一〇〇ミリリットルくらいに分けて飲む回数をふやして効果の出る人があれば、一日五〇〇〜八〇〇ミリリットル飲んで効果が現れる人もいます。さきほど述べたように、病気予防のためなら、おちょこ一杯飲むだけでもいいのです。

朝昼晩飲んで著効を得た人もいますが、普通は、朝一番の中間尿を飲むのがいいでしょう。朝一番の尿には有用なホルモンなどが多いのです。中間尿とは、出始めと出終わりの尿を除いた尿のことです。

紙コップで採尿し、トイレの中で尿を飲むなどは論外で、上等なコップを用意し、トイレ以外の台所などで尿療法を行うのが望ましいのです。

出した尿はすぐ飲むのが大切で、飲みづらければ、氷を入れて飲んでもいいでしょう。夜ウメ干し一粒食べると、翌朝尿の味がまろやかになるという人もいます。要は、自分に合った量や回数、飲む時刻を見つけてください。

ところで、尿療法を実行して効果を上げるためには、まず患者自身が納得して、尿

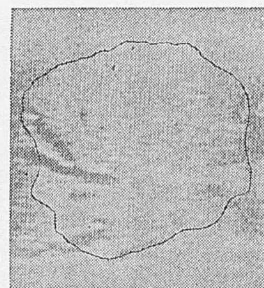
療法に対してなんの抵抗もなく実行できるようにしなければなりません。なぜなら、脳が尿療法に順応していなければ、病気に対抗する物質の増殖に悪影響があると考えられるからです。

例えば、空腹のときに、食卓に並んだ料理を見ると、大好きな食べ物のときは、唾液が分泌され、反対に嫌いな料理なら食欲も減退することでしょう。これは、脳が体の各器官の働きをコントロールしているためです。したがって、尿療法をいやいや実行したり、効果を疑いながら実行したりすると、尿療法の効果そのものも半減してしまいます。

したがって速やかに効果を上げるには、病気を治すという固い「信念」と、治るまで続ける「忍耐」、そして尿を汚物視せずに飲む「勇気」だけが、病気を治す手立てになるのです。

◇肝臓ガンがみごとに消滅した最新の実例

最後に、尿療法で肝臓ガンがみごとに消滅した最新の実例を紹介することにしましょう。二四ページの写真は、肝臓ガンで入院された患者の超音波検査の写真です。



ガンに冒された肝臓

正常化した肝臓

今年（平成二年）の七月二十五日から一日一回二〇〇ミリリットルの尿療法を開始したのですが、一気にガンの病巣が縮小していきました。

尿療法の開始時には、肝臓はガンに冒されていましたが（写真右上。囲みの部分がガンに冒されている）、五週間後には、肝臓ガンの病巣が消滅して正常化しています（写真左上）。

以上のような効果は、肝臓ガンを尿療法で治した患者に共通して現れるものですが、理論はともかくとして、この事実を現実のものとして厳然と認めないわけにはいかないのです。

「病者をもって師となす」といわれますが、治療の妙義に達する道はこれしかありません。この患者の写真は、空理空論のために、事実を歪めたり、困惑してはならないことを示す貴重なデータだと思います。

第2章

尿療法の劇的効果を確かめた医師たちの自験報告

ガン

治療を打ち切られたリンパのガンが二ヵ月の尿療法で消退

中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち）

◇ガンの専門病院の検査でガンが消えかかっていると診断

六十五歳の女性医師Aさんは、四年前に悪性リンパ腫と診断され、ガンの専門病院の医師から、抗ガン剤を注射する治療を受けてきました。治療の効果は、よくなったり悪くなったりをくり返していました（リンパ腫とは、体に入ってきた異物を処理して異物による害から体を守る働きをするリンパ系にできた腫瘍＝ガンのこと）。

しかし、昨年の九月、これ以上の治療をしても効果はないと診断され、治療が打ち切られてしまいました。現代医学にも見放され、いったいどうすればいいのかと絶望していたとき、雑誌の記事を読んで尿療法のことを知りました。そして、すぐに尿療法を自分で始めたのです。

そして、二ヵ月ほど尿療法を続けたところ、まず、全身の自覚症状が改善しました。例えば、それまで入浴後、全身がかゆくてたまらなくなっていたのに、それがな

くなりました。体が軽くなり、疲れを感じなくなったといいます。

このAさんは現役の医師ですが、こうして元気を回復し、今年三月には、例年になく張り切って花粉症の患者さんの治療ができたそうです。そして四月、ガンの専門病院での検査でガンが消えかかっているのが認められたのです。

処置なしで望みを失っていたのですが、ひょっとすると、まだまだ生きられるかもしれない……と、希望がわいてきたといいます。主治医には尿療法のことは報告していないので、以前に打った抗ガン剤が効いてきたのだろうと思われているようです。

「この三年間、いつも死を身近に感じながら生きてきましたが、尿療法のおかげで少しずつ死の恐怖が遠のきつつあるように思えてきました」と、Aさんは話しています。

前立腺肥大

尿療法で前立腺肥大の症状がほぼ全快し息子の肝炎も軽快

堤内科医院院長　堤俊郎（つつみとしろう）

◇一週間で劇的な効果が現れた

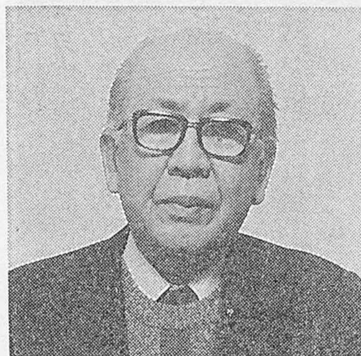
私は、現在、毎日自分の尿を飲み続けていますが、尿療法を始めたのは、一昨年の十

二月のことです。私の息子が岩手医科大学歯学部出身の歯科医師で、尿療法の提唱者である中尾良一先生の出身校の後輩にあたるという関係から招待状をいただき、中尾先生の尿療法の講演を大阪で聞いたことがきっかけでした。というのも、私は六、七年前から前立腺が肥大し、残尿感、頻尿といった症状が出始めたからです。尿の出が悪くなり、一晩に二回も三回もトイレに起き、熟睡できない状態が続いたのです。

なにしろ場所が場所です。専門医の診察を受けるのも格好が悪く、自分で治療薬を飲んでいましたが、中尾先生の講演を聞いて、尿療法を実行してみようと思い立ったのです。尿を飲むこと自体は、さほど抵抗がなかったものの、いざ飲んでみると生温かく、飲みやすいとはいえません。それでも朝一番の尿をコップに一杯、約一〇〇ミリリットル飲んだところ、一週間ほどで劇的な効果が現れました。

排尿後の残尿感がなくなり、いわゆる排尿時の切れもよくなり、尿意を催してから尿が出るまでの時間がかからなくなったのです。また、頻尿も治まり、夜も熟睡できるようになりました。前立腺肥大の症状は、ほぼ全快したといってよいまでの状態になりました。それ以来、薬の服用もやめました。

私自身このような効果があったため、早速アトピー性皮膚炎の患者さんに尿療法を



前立腺肥大が軽快した堤先生

勧めました。この人は首やひじにしっしんができ、かゆみに悩まされていたのです。それが、尿を飲み始めて四日目で、「効果があった」と驚いて報告に来られました。尿療法は、前立腺肥大やアトピー性皮膚炎、ぜんそくといったアレルギー性の病気には、かなり効果を発揮するようです。

また、私の息子は慢性肝炎（C型肝炎）なので尿療法を実行させました。慢性肝炎の中でも、C型肝炎はウイルス性のもので症状もほとんどないのですが、放置しておくと肝硬変（肝細胞が壊れて肝臓が硬くなる病気）を起こす病気です。劇的な効果こそ現れませんでしたが、その後の肝機能検査の結果、一八〇～二〇〇の数値だったGOT、GPT（いずれも、肝細胞の障害の有無をチェックするのに使われる数値。正常値はGOTが八～四〇、GPTは五～三五）が、それぞれ六〇ほどに下がってきたのです。

なぜ、尿を飲むと病気が治るのか、そのメカニズムについてはまだ解明されていませんが、人間

の尿にはクレアチン、尿酸など、さまざまな成分が含まれています。尿療法が効果を発揮するのは、こうした成分の一種の薬物効果ということが考えられるでしょう。

もう一つは、抗原抗体反応（抗原とそれに対応する抗体とが特異的に結合したときに起こる反応。病原菌などに抵抗して病気を防ぐ）です。自分の体から出た新鮮な尿には、自分の体に合った抗体があり、それを服用することにより、治療効果が上がると考えられます。私の経験からも、前立腺肥大やアトピー性皮膚炎に関しては、相当な効果が確かにありました。こうした病気に悩む人は、ぜひ試してみてください。

〔堤俊郎先生の略歴〕大正七年八月十日、滋賀県長浜市に生まれる。昭和十七年九月、大阪高等医専（現大阪医大）卒業。昭和二十二年三月まで京大医学部第一内科勤務。昭和三十一年三月、医学博士。昭和二十七年より現医院を開業。

白髪

◇尿療法を実践したら頭髪や陰毛が黒々、つやつやになった

小川歯科医院院長　小川東洋男（おがわとよお）

〔この項の肩書き、年齢、年月の表現などは、一九九三年三月二十五日のものです〕

◇なんとまゆ毛やひげまで濃くなった



89歳で元気な小川先生

私と中尾良一（なかおりょういち）医師とは、兄弟のようなつきあいをしてきました。

中尾良一医師とは、若き日の彼が甲府市を気に入って、山梨県の勤務医になるときの保証人に私がなる、というふうにつきあいが始まりました。

彼が甲府の女性と結婚するというときも、私が下仲人、私の父親が仲人を務めたのです。

そんなわけで、私は中尾医師が主張する尿療法については、ずいぶん以前から聞かされていました。私自身も、尿療法の効果と安全性について信頼を置き、人に勧めるほどでした。しかし、自分でやったことはありませんでした。

あるときたまたま知り合った人（女性）に、尿療法はいいからやってみなさいと勧めてみました。その人は、八十歳ほどの高齢で、体のあちこちを痛がっていたのです。

そこで、「飲む尿の量はコップに半分、

そのにおいは香ばしく、色は黄色。前の晩の食事によって、その色は濃くなったり薄くなったりする。味は汗と同じだよ。私は学生時代、野球選手をしていたから、しじゅう汗をなめていた。だいたい塩辛い。塩味で、わずかに渋みと苦みがある。これが尿の特色だから、朝起きたら一杯やんなさい。休んではだめだよ」と、得意そうに指導したのでした。

すると翌日、その女性がやってきて、先生が昨日おっしゃったお話は、ご自分でおやりになったうえのことなんでしょうか、と聞きます。「いや、実はおれ、やっていないの」と答えると、じゃあ、私もやりません。自分でやらないでおいて、人に勧めるなんて、医者らしくない、など、散々にやっつけられてしまいました。

「よしわかった、そんなにいわれたんじゃあ、やらないわけにはいかないよ」と、私も始めたのが今から二年前のことです。それからは、毎日欠かさず続けています。私の体験から得た尿療法の効果をお話ししましょう。

まず、つめがかたくなり、よく伸びるようになりました。さらに全身の血行がよくなったと感じました。手のひらが健康的なピンク色になりました。非常に元気そうになってきたといわれることが多くなったとき、意外なことを人から尋ねられました。

最近、まゆ毛が黒くなっているようだが、何かしているのかというのです。

「冗談じゃない、八十九歳にもなって、まゆ毛をかいたりしないよ」と答えましたが、いわれて気がついてみると、まゆ毛が濃くなっています。まゆだけでなく、顔のヒゲ全体まで黒くなってきました。前はヒゲが薄くて、剃刀などを使ったことがありません。それが最近では、剃刀は毎日使わないと、ヒゲが伸びて困るのです。

頭髪も白くなっていたのが、ところどころ黒くなってきました。さらに、陰毛まで黒々としてきたのです。私は学生時代、友人連中とよくふろに行ったものです。そのとき、見るとはなしに比べたら、私の陰毛は薄くて貧弱なものでした。それが、今は黒々としています。疲れもほとんど感じることがなく、短時間の睡眠でじゅうぶんです。八十九歳ですが、体のどこも痛くありません。

今から三年前、私はふろ場で転びました。ふろの床に流れていたシャンプーの上で足を滑らせて転倒し、右ひざの皿が三つに割れてしまったのです。

すぐに入院して、傷は治りましたが、それ以来、視力が急激に減退してしまいました。この視力減退は、さまざまな現代医学の治療や灸などをしましたが、全く効果がないといってもいいほどでした。

尿療法で、視力が少しでも回復すればいいのですが、まだ目に見えてよくなってはいません。しかし、早晩、視力にもいい影響があると信じて、毎日、尿療法を続けています。

疲労◇尿療法を試したら顔色がよくなり全くの疲れ知らずに変身

渡辺皮膚科医院院長
渡辺貞夫

◇ヘルペス患者の激痛も尿を飲んだ一時間後に消失

生田医院（愛知県）院長の生田秀雄先生が、尿療法についてお書きになった記事を、愛知県の保険医協会の新聞で読みました。それまで、現代薬を飲んでもコントロールしきれなかったご自分の関節リウマチの症状が、尿療法ですっかり消失したと報告されていました。

それを読んで、尿にはおもしろい効果があるのだなあと関心を持ちました。

ただし、患者さんに勧めるためには、自分でも実行して、効果の確かさや副作用がないことを確認しておく必要があります。そんなわけで、昨年の八月三十日から、尿



虫刺されにも効いたと渡辺先生

療法を毎日続けています。

自分で尿療法を行ったところ、はっきりとした効果がもたらされました。尿療法を始めて半月ごろから、顔色がよくなって、元気そうになったと人からいわれるようになりました。私は顔色が悪いほうだったのです。

それから、全く疲れ知らずの体になりました。今年の夏、ほとんど夏バテせずに、元気に過ごすことができたのも、尿療法のおかげだと思います。

このとても顔色がよくなったことについては、酒焼けならぬ小便焼けだ、などと人からいわれたこともあります。

尿は、歯痛や虫刺され、目が痛くて赤くなっているときなどにも、よく効きます（歯痛のときは口に含み、虫刺されのときは刺された傷口につけ、目には点眼する）。

先日も、ドクダミを採りに出かけたとき、ハチに刺されてしまいました。ハチに刺されると、三～四日から一週間くらい、刺さ

れたところが不快に痛むものです。
ところが、このとき、すぐに尿をつけてみました。すると、最初は患部がジンジンと痛みましたが、痛んだのはそれだけで、以後、全く症状が残りませんでした。
尿療法に副作用がないことを自分の体で確かめてから、一般の方法ではなかなか治療の難しい病気の患者さんに、尿療法を勧めています。
関節リウマチで手術を受けたあとも、なお痛みがひどく、薬を飲まなければ朝も起きられないという女性がいました。この人が尿療法を始めたら、一週間で痛みがなくなりました。
急性のヘルペス（皮膚に小さい水疱が密集した状態を示す皮膚病）にかかり、ものすごく痛がる患者さんがいました。普通の治療をしても全然効かないので、尿療法を勧めました。すると、尿を飲んだら一時間で、痛みがピタリと止まったそうです。
アトピー性皮膚炎の五十五歳の男性は、尿療法を勧めたら、最初、当惑したような顔をしました。それでも決心して始めたようです。いっとき症状が悪化したことがあり、苦情をいわれましたが、好転反応のことを説明して、続けてもらいました。好転反応とは、病気が治る前兆として病状が一時的に悪化する反応のことです。

すると、三ヵ月目ごろから、だんだんとよくなってきました。以前は皮膚が松の木の幹のような状態だったのに、しだいに固さがへり、シワが取れて、つやも出て、きれいになってきたと、感謝されました。
すべての病気に有効とは私はいいませんが、病気で困っている人は一度は試してみるべき価値のある方法だと思います。

ガン　尿の中にガン細胞の増殖をおさえる成分があることを確認

済生会京都府病院院長　伊地知濱夫

◇血清の中に抗ガン物質があると推定

約二十年前、私たち京都府立医科大学第二内科の研究グループは、人間の尿の中に抗腫瘍性物質（ガン細胞の増殖をおさえる物質）があると報告しました。
当時、私たちは、腎臓病のため腎臓の機能が低下し、いわゆる腎不全になった場合の異常がどのようなものであるかの問題を詳しく検討していました。
この過程で、人間の血液中にある赤血球について、ＮＡＤ（ニコチン酸アミド・アデ

ニン・ジヌクレオチッド）というきわめて重要な物質の合成を観察していますと、健康な人の血清（血液がかたまるときに分離する液体）中に、この合成を阻害する物質のあることに気がつきました。NADという物質は、細胞の中にあるきわめて重要な物質で、いろいろな酵素（体の中での物質の化学変化に影響を及ぼす物質）の働きに不可欠のもので、補酵素と呼ばれている物質の一つです。また、このNADは、ガン細胞の中には少ないことが、以前から知られていました。

一九五八年、モートン氏は、ガン細胞中のNADの含有量が少ないのは、これを合成する酵素の活性が低いためであると発表し、この酵素の働きをおさえる物質を見つけて、ガン細胞中のNADの量をもっと減少させ得た場合は、ガン細胞は死滅するのではないかと推論しました。

この推論をヒントとして、私たちは、その「しくみ」はなんであれ、NADの合成を阻害する物質は、ガンの治療薬になる可能性が大きいと考えました。

また、血清の中に、このNADの合成を阻害する作用のある物質、すなわち、抗腫瘍性を示す可能性のある物質があるとすれば、血液が腎臓でろ過されて作られる尿の中にも、同じ物質が含まれている可能性を考えました。

そこで、人間の尿の中からその抗腫瘍性物質を検出するため、濃縮あるいは、部分的に精製するなどの過程を経て、一定の分画（単一の物質ではなく、多くの物質によって構成されたもの）を得ました。

本来ならば、単一の物質になるまで精製し、その化学構造まで決定すべきでしたが、私たちの能力の及ばない仕事でした。

◇ガン細胞の増殖がおさえられ生存日数も延長

ともあれ、私たちは、この一定の分画に「抗腫瘍性」という重要な作用があるか否かを確かめるため、若干の実験を行いました。

その一つは、尿からとった分画とガン細胞を試験管の中で一定条件で接触させた後、ガン細胞をネズミの腹部に移植しました。また、分画に接触させないガン細胞を、別のネズミの腹に移植しました。

その後、ガン細胞の増殖の状態を観察すると、分画と接触させたガン細胞を移植したネズミ群では、分画と接触させないネズミ群に比べて、明らかにガン細胞の増殖がおさえられることがわかりました。

そのほかの実験としては、ネズミの皮下、または腹腔（胃、腸、肝臓、腎臓、膀胱な

どが納っている部位）内に、一定の数のガン細胞を移植したあと、この分画を一定条件で注射し、注射しない群と、ガンの増殖の状態および生存日数を比べました。

そうすると、分画を注射した群では、ガン細胞の増殖がおさえられ、かつ生存日数も明らかに延長することが確かめられました。

これらの成績から、人間の尿から得られた一定の分画には、抗ガン物質が含まれていると考えられる現象が認められました。

この現象から、さらに研究を進展させるべきだと考えましたが、私たち内科医の能力には限界もあり、難しいことでしたので、その後、専門家により、さらに進展されることを期待しているところです。

最近、中尾良一先生（中尾内科医院院長）が、尿療法による種々の治験例を発表され、驚きましたが、私たちの動物実験の成績から、ただちに尿を飲めばガンが治る、という結論を導き出すことは、いささか早計にすぎると考えます。

このような結論を出すためには、多くの臨床例について科学的なデータを積み重ねたうえで、根拠に基づいた証明が必要不可欠と考えます。中尾先生をはじめ、中尾先生の治験例に注目される先生方の研究の進展を期待します。

第3章

尿療法でガンが消えた驚異の体験集

子宮ガン

尿療法で「あったはずのガンが消えていた」と医師が告白

中尾内科医院院長 中尾良一

◇確かにガンがあったはずだったのに…

尿療法で子宮ガンが消失し、生きる望みを持てるようになったTさんのケースを紹介しましょう。

Tさんは、子宮頸部（子宮の入り口のところ）にガンができていました。『壮快』で紹介された尿療法を実行してしばらくたってから、それまで起こっていた不調が改善され、ガンもよくなるのではないかと希望が持てたようです。

しかし、主治医から手術を勧められて断りきれず、尿療法を続ければさらに症状が改善するのではないかと考えて、手術を延期してもらいたいと頼みましたが、聞き入れられませんでした。その結果、本人の意志に反して、手術で子宮、卵巣などを取り除かれてしまいました。

しかし、手術後、担当の医師が不思議がりました。手術前の検査では、確かに子宮

の入り口のところにガンがあったはずなのに、開いてみるとガンをはっきり認めることができなかった、というのです。Tさんの手術後の経過は順調で、痛み止めの注射も必要なかったということです。今は手術直後で、管を挿入しているので無理ですが、できるようになったら、またすぐに尿療法を開始したいといっています。

Tさんは、こんなに不思議なことが起こったのは、尿療法のおかげだと確信しています。手術はしてしまいましたが、尿療法を実行しながら、積極的に生きる希望が持てるようになっています。

膵臓ガン

尿療法でガンの跡がわずかに残っているだけになり退院

広島県●60歳
藤島整骨院院長 藤島敏宣

◇体調が驚くほどよくなり検査の数値がぐんぐん改善

私は去年の六月、病院で受けた検査で、糖尿病の傾向が少しあるといわれました。八月になって、どうも調子がおかしくなってきました。足は引きつるし、体がだるくてたまりません。九月になり、ついに倒れて入院してしまいました。来る日も来る日


疲れ知らずになった藤島さん

も点滴を打ち、やっと落ち着いたのです。医師から、糖尿病が進んでいて、神経もやられているといわれました。

内臓の検査もしておきましょうということになり、CTスキャン（コンピュータを使った体の断層撮影）や胃カメラなどで検査されました。胃カメラを飲んだとき、次から次に何人も医師が見にくるので、おかしいなあと思ったものです。検査の結果、肝臓も悪いですね、といわれただけでした。

この検査が終わってから、毎日、病院に来てくれる妻の態度が変わりました。夜八時に自宅に帰っていくのですが、いつもめそめそと泣きながら帰ったのです。

不審に思い、ほんとうのことを教えてくれと問いただしました。すると、検査によって、膵臓の入り口のところにガンができていることがわかった、というのです。ある程度は予想していたのですが、やはりショックでした。

そのうちに、髪の毛が抜ける、気分が重たくなる、目がかすむ、などといった症状

を自覚するようになりました。これは制ガン剤（ガンを抑制する薬）の副作用だったのでしょう。私がガンであることは、間違いないと思いました。『壮快』は以前から毎月買って読んでいて、尿療法のことも知っていました。そんなことから、自分のガンを改善するには、尿療法しかないのではないかと思いました。

十月中旬、ついに覚悟して実行しました。一回飲んでしまうと、後はそれほど抵抗はありません。一回にコップ一杯（約二〇〇ミリリットル）の量を、一日に三回も四回も飲みました。十一月になり、たぶん尿療法のせいか、体調がみるみる改善したので、週二回、通院することを条件に退院が許可されました。尿療法を毎日続ける私の体調は、驚くほどよくなりました。病院で診てもらうたびに、検査の数値がぐんぐんよくなったのです。体も軽くなり、活力がわいてくるようでした。

◇進んでいた肝硬変も異常がなくなった

予想以上に元気になったので、十一月の中ごろからは仕事も再開しました。とはいえ、十二月ごろまでは、仕事をするとどっと疲れが出ました。しかし、年が明けるとさらに元気になり、ちょっとお酒を飲んだり、甘いものを食べたりしても平気で、検査結果にも影響が出なかったのです。今年の二月に検査を受けたときには、もう来る必

要はないぐらいだといわれました。その後、抜けていた髪が徐々に生えてきました。
四月の検査のときには、膵臓のガンはどうなりましたか、と主治医に尋ねてみました。主治医は「あんた、知っておったのか」とびっくりしましたが、レントゲン写真を見せて、「前はここにあったのが、今は跡が少し残っているだけだ」と説明してくれたのです。
また、膵臓のほかも、どこにも悪いところはないと太鼓判を押してくれました。
こうして、私は膵臓のガンで命を失うのを免れたわけです。今では疲れ知らずになり、顔色はよく、冷たかった手足が温まり、つめの変形も治っています。
ところで、もう一つ、私の知らないことがありました。膵臓のガンとともに、肝硬変（肝臓の細胞が壊れて肝臓全体が硬くなる病気）も進んでいたというのです。これも、命にかかわる恐ろしいものです。
私が知らない間ではありましたが、肝硬変が進んでいたにもかかわらず、尿療法によって、肝臓も異常なしというところまで改善したのです。

*

◇医師のひと言◇「全面的な信頼を置いて実行することが重要」

藤島さんのように、尿療法に全面的な信頼を置いて実行することが重要です。信頼して実行すると、体の中でガンに対抗する物質をつくりだす働きが、ぐんと高められるようです。疑いや不信の念を持ちながら実行すると、そのような物質をつくりだす働きも弱いので、治癒も遅れてしまいます。
それから、尿療法を始めた時期が早かったのも大事なポイントです。最後の手段として尿療法にすがるという人がいますが、そうなると時期が遅いため、かんばしくない結果になりがちです。すぐに実行すべきです。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

直腸ガン

◇尿療法で肛門からの出血が消えX線写真も改善し大変元気

●千葉県●56歳
●主婦
高橋治子

「ガンなんですからグズグズしていたら保証できない」と医師が一喝

私は五年ほど前から、肛門からの出血が起こるようになりました。場所が場所ですから、医師の診察も受けず、痔なのかなと考えていました。今にして思えば、これがガンの危険信号だったわけです。去年の五月末から、なんだか体がだるく、動くのも


実行してよかったと高橋さん

嫌になってきました。カゼをひいたように、おかしなセキも出ました。疲れが一気に噴き出た、という感じでした。

若いころ、肋膜炎（肺を覆う胸膜の炎症）にかかったことがあるので、肺を患ったのかしらと思いました。しかし、近くの病院でレントゲン撮影をしても、肺の異常は認められません。私を診てくれた先生も、「ずいぶん悪そうな顔色をしていますね」といいました。そこで、肛門から出血しているというと、そっちのほうも検査したほうがいいということになり、ある大学病院を紹介されました。

大学病院で、CTスキャン（コンピュータを使った体の断層撮影）などのいろいろな検査を受け、その結果を聞きに行ったのは去年の七月です。妹が同行してくれました。

医師は、「直腸にポリープ（腫瘍の一種）のようなものができているので、すぐに入院しなければいけない」といいました。そこで妹が、「ポリープなら、すぐでなくて

もよろしいのでは……」というと、「ガンなんですから、そんなことをいってグズグズしていたら、私はなにも保証できません！」と一喝されてしまいました。

そして、二〜三日中にベッドが空きしだい、入院することになりました。

実はそれ以前から、私はたぶんガンだろうと思って覚悟ができていたのです。かといって、絶望していたわけではありません。アレルギー体質が強く、薬の副作用で難聴になったりして、いろいろと苦しんできた私の体では、このまま現代医学の手術などの治療を受ければ、死んでしまうだろうという直感だけがありました。

反面、適切な手を尽くせば、死ぬこともないという希望も持っており、最善の治療をしていただこうと、針灸師の瓜生良介先生の治療室を訪ねました。

◇レントゲン写真を見てよく死なずに済んだものだと実感

瓜生先生のところで、三ヵ月治療を受けると、肛門からの出血もへって、ずいぶん元気になってきました。

そんなとき、瓜生先生から、「尿療法をすれば、もっとよくなるんだけれどなあ」といわれました。最初は、尿は汚いものと思っていましたから、姉や妹などとも、「嫌よねえ、おしっこを飲むなんて」といっていたものです。とはいえ、去年の十二

月の終わり、嫌だなあと思いながらも、鼻をつまみながら、ついに飲んでみました。

飲んでみると、ふだん飲んでいるスギナのお茶と、そう変わらない味なのです。「なんだ、こんなのを飲むのなら平気だ、これで治るのなら、こんないいことはない」とはりきって尿療法に打ち込みました。尿は、毎朝起きたとき、三〇〇ミリリットルを飲みました。尿療法を始めてからは、どんどん顔色がよくなってきました。体調がよくて元気なので、会った友人から、「あんた、ほんとにガンなの?」などと聞かれる始末です。へっていた出血もさらに少なくなり、ごくたまにしか出なくなりました。疲労感も、ほとんど感じなくなってきたのです。

今年の二月、瓜生先生の紹介で、ある総合病院の内科で検査を受けました。そこのY先生は、昨年のレントゲン写真と、そのときに撮影したものとを比べて、「ずいぶんよくなったなあ」と驚いていました。直腸が健康な状態に回復しているというのです。私もそのレントゲン写真を見せてもらいましたが、悪いときのは、直腸が太めの毛糸ぐらいに縮れて細くなっていたのが、新しいほうは、親指ほどに太くなっていました。それを見て、よく死なずに済んだものだ、と実感したしだいです。

その後も、尿療法をずっと続けて、体調は大変よくなっています。出血はほとんど

消え、今、悪いところはありません。尿療法を実行してよかったとしみじみ思います。

＊

◇医師のひと言◇「尿療法を続けているうちにだんだん慣れてくる」

今までの常識からすれば、最初、尿を飲むのは確かに嫌でしょう。しかし、それでも、高橋さんのように、鼻をつまみながらでもかまいませんから、実行し、続けることが大切です。最初は、飲むときに鼻で息をしないのがコツです。においをかがないようにして続けているうちに、だんだん慣れて、あまり気にならなくなっていくでしょう。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

膀胱ガン

◇夫婦で尿療法を行い私はガンが妻は糖尿病が軽快

●和歌山県●65歳
●無職
石田明（仮名）

◇血糖値が大きく低下

私の妻は、以前、腰痛や十二指腸潰瘍を患ったことはありましたが、そのほかに病

気はなく、とても元気でした。ところが、平成三年の春ごろから急にやせてきたので病院へ行ってみると、糖尿病だと診断されたのです。

妻は、医師から食事療法をするように指示されました。それからというもの、「あれは食べてはいけない」「これは何㌘しか食べてはいけない」と、食事に大変気を配るようになったのです。今まで、だれからも食事についてうるさくいわれたことのない私は、そんな妻が気の毒になりました。そこで「量は何㌘などといちいち気にする必要はない。どんどん食べろ」と勧めたところ、血糖値（血液中の糖分の量を示す数値）が大幅に上昇してしまったのです。

これはまずいと思っていたとき、『壮快』で尿療法を知りました。尿療法で果たして病気が治るものなのか、そのときは判断できませんでしたが、体験手記の中に、糖尿病がよくなったという例もありました。そこで、私は妻に、だまされたと思って、尿療法を試してみてはどうかと勧めました。

妻は最初、二、三日考えていました。しかし、医師に頼らずにできるよい治療法がほかに見つからないこともあって、思い切って毎朝コップ一杯（約一八〇ミリリットル）ずつ尿を飲み始めたのです。

三ヵ月後に再び病院へ行くと、血糖値が大きく低下しており、担当の医師から「奥さん、あなたほど食事療法の上手な人はいない」とほめられたそうです。私の見るかぎり、妻はあまり熱心に食事療法を行っておらず、血糖値が下がったのは、尿療法のおかげと考えられます。

ところで、私は、もともと体が丈夫で、病院に行ったことはほとんどありませんでした。ところが数年前、膀胱ガンにかかって以来、もう六回も手術を受けているのです。しかも、レントゲン検査をすると肺にも腫瘍らしき影が見つかりました。医師が「ガンではないが、このままほうっておくのは危険」というので、すぐに左の肺を三分の一ほど切り取る手術を受けました。

この肺の手術後、私は体が急に弱ってきたのです。全身がいつもだるいし、足腰に痛みが走るようになりました。

そんな私を見た妻が、今度は私に尿療法を勧めました。妻に尿療法を勧めたのは私ですが、いざ自分が尿を飲むようにいわれると、さすがにためらうものがありました。しかし、病院でもらった薬は、飲んでもほとんど効かなかったので、しかたなく尿を飲んだのが、平成三年の九月でした。



糖尿病がよくなった石田夫人

私は、トイレにコップを置いておき、一日一回毎朝六時前に二〇〇〜二五〇ミリリットルずつ飲みました。尿療法を始めると、一〇日目ごろから、急に体が軽く感じられるようになりました。

尿療法を始めてから一ヵ月くらいして病院へ行くと、医師から、「検査の結果、大変いい状態になっています」といわれました。私が尿療法を実行していることは医師には話していなかったので、「そうですか」といって帰ってきましたが、あらためて尿療法の効果を実感することができました。

それから一年以上経ちますが、体のだるさは全く感じません。しかし、今も尿は飲み続けています。

＊

◇医師のひと言◇「尿には膵臓の細胞を活性化する力がある」

これは、ご夫婦で糖尿病と腫瘍を克服された例ですが、いずれも難病の一つといえ

ましょう。尿には、膵臓の細胞を活性化する力があるようです。インスリンというホルモンが増産されて、糖尿病が軽快していく過程を私はたくさん見ています。

ところで、ご主人が尿療法を続けているのは、大変よいことだと思います。ガンあるいはそれと疑われるものに対して、尿療法は、体に本来備わった、病気を自然に治す力を増強すると考えられるからです。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

肝臓ガン◇

手術不能と宣告されたガンが尿療法で消失し医師も仰天

中尾内科医院院長　中尾良一

◇病院始まって以来の奇跡的な出来事

私の経験では、尿療法は、体の自然治癒力を増強し、細胞の活性化を促す力があると考えることができます。ですから、単に特定の病気にかぎって効くというのではなく、広くさまざまな病気を治すのに役立つと考えられます。

ここでは、肝臓ガンにかかった七十歳の男性の実例を紹介することにしましょう。

この男性は、一昨年の半ばから突然、食欲不振、全身のだるさなどに悩まされるよ

うになり、ある大学病院に入院して、さまざまな検査を受けました。その結果、肝臓に悪性腫瘍（鶏卵ぐらいの大きさのもの）があることが判明しました。

治療法としては、肝臓の三分の二を切除する必要があるけれども、年齢と体力から、手術はとうてい不可能と、医師から診断されました。

そこで、左腕の関節部の血管から挿入して肝臓まで届くカテーテル（プラスチック製の細い管）で薬物の注入を行うという治療法を、五日間続けて受けました。

また、食事が満足に取れないため、右胸からもカテーテルを入れて、心臓の近くに栄養剤の点滴を、四〇日間も続けました。

ところで、この男性は戦時中、ビルマ（現在のミャンマー）に従軍していたことがあります。そして、その当時の軍医と今でもつきあっていました。その元軍医は、私が『壮快』をはじめいろいろな雑誌に載せていた尿療法の記事を、この男性に教えたのです。この男性は、肝臓のガンと診断されていましたから、普通の治療ではとてもよくなる見込みはなく、入退院をくり返したあげく、早晩、命を失うことになるだろうと考えていました。

それならばということで元軍医から聞いて知った尿療法にすべてをかけてみる決心

をしたのです。そして、昨年の一月から、病院内で、自らGW（ゴールド・ウォーター）療法と命名して、ひそかに尿療法を開始しました。

この男性は一日一回、一五〇〜二〇〇ミリリットルを飲んだということです。

尿療法を始めてから、この男性は、カテーテルによる薬物注入療法を中止してもらうよう、医師に申し入れました。そして、昨年一月二十日にひとまず退院し、通院治療を受けることになりました。

二月六日、外来でコンピュータによる断層検査を受け、同十五日には、入院中の断層検査と、二月六日のものを比較して見せてもらったそうです。すると、入院中の画像には、腫瘍がはっきりと見えるのに、二月六日のほうは、その部分が消えて、何も見えないことが、素人目にもはっきりとわかったとのことです。

明らかに、肝臓のガンは消失していたのです。二月六日の血液検査の結果も、ほとんど異常なしでした。

担当の医師は、「不思議なことです」とくり返すばかりで、自分たちの治療でガンがここまで治ることなどありえない、という態度だったそうです。それまでの経験では、薬物注入療法で、いくらかよくなることはあっても、完全にガンがなくなるほど

の効果が出るはずはないといいます。
「強いていえば、あなたの生命力の強さとしかいえません」とのことでした。むろん、ないしょでやったことですから、医師は尿療法のことは知りません。
またそれからは、担当医師の上司の助教授が、この男性の回復状況を、病院始まって以来の奇跡的な出来事として症例報告する、と大騒ぎだったそうです。

◇ガンが完治した報告は何例もある

この男性は、「七十歳にして新しい生命をいただいて、尿療法はもとより、入院先の医療関係者に心から感謝したい気持ちだ」と述べています。そして、次のような報告を私に寄せていますので、ここでそれを紹介しましょう（要旨）。
「退院後、四ヵ月を経過して、その後、私もご教示どおり尿療法を続けており、日ごとに体力がましてきました。
退院一年後には、年齢相応の健康体に戻る自信もつきました。現在は、体調もほとんど常人と変わらず、どこに出かけても差し支えない状態にあります。
七十歳を過ぎ、周囲の友人知己を見渡せば、大なり小なり持病を抱えているのですが、自覚症状があまりなく、気がついたときはすでに手遅れ、というようなことを多

く見聞きするのは、とても残念です。
私が自分で試みて、確かに卓効があると知ったこの尿療法を、多くの人に知らせたいものだと思います」
私は、この男性以外にも、ガンなどの悪性新生物が消失した、完治したという患者さんからの報告を、何例も受けています。

食道ガン◇

不治と診断されたガンが尿療法で消え検査で異常なし

中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち）

◇確実な効果を実感し体調もすこぶる快調

医師から手術が不可能と判断されていた重症の食道ガンが、尿療法で消失したケースを紹介しましょう。
六十二歳の男性が、食道の通過障害を訴えて医師の診察を受けました。食べ物を飲み込んだあと、食道が通りにくく、痛みさえ起こるというのです。
担当の医師の診察と、いろいろな検査のあとに下された診断は、食道ガンでした。

しかも、手術が不可能なほどの重症だということです。さっそく入院し、治療を受けることになりました。思うに、治療は延命に主眼が置かれていたはずです。治療の内容は、主に放射線の照射でした。

そして、六日間の入院後、いったんは退院の措置がとられました。おそらく、病院側としては、退院中に再び悪化し、再入院することを予測していたと思います。

退院して一ヵ月後、この男性は自宅で尿療法を開始しました。飲む量は、一日にコップ一杯（約一八〇ミリリットル）にしたそうです。尿療法を始めて一週間後、食べ物などがのどを通過するとき、チカチカする感じが起こるようになりました。同時に、食道以下のパイプ（消化管）の中の状態がよくなったように感じ、便通がよくなったといいます。

当初は、尿療法を朝、起きたときの一日一回、実行していましたが、三週間目ごろからは、早朝と寝る前の一日二回にふやしました。そして、開始後五〇日目には、教師だったこの人の教え子たちが催してくれた一泊の同窓会に、紙コップ持参で参加しました。このころから、家庭の中で、尿療法についておおっぴらに話せるようになってきたといいますから、かなり確実な効果が実感でき、健康にも自信がついてきたのでしょう。

尿療法を始めて四ヵ月たったころになると、体調はすこぶる快調で、朝、五時ごろに起きて草取りをし、そのあとで朝食を取るようになるなど、日常生活も規則正しくなり、安定してきました。

この男性がガンになる前は、仲間といっしょに写生に出かけ、油絵を仕上げていたそうですが、入院の前後は、それもぱったりと途絶えていました。

それが、尿療法を開始して五ヵ月目のころからは、写生にも出かけるようになりました。入院直前のときは、当然ながら、全く絵を描く気になれなかったということです。それが絵を描く気になったというのは、精神的にも、明るさや積極性が出てきたということです。この人の体重は、退院時には四八キロでしたが、五ヵ月後には五二・五キロまで回復しています。

病院には二週間に一度通って、内視鏡検査を受けています。最近では、検査をしても、患部がほとんどわからない、つまりガンがどこにあるのかわからない状況になっているということです。患部は、ほとんど消失してしまったようなのです。

担当の医師にしてみれば、再発、再入院のコースをいずれたどるだろうと予期していた患者でしょうから、病状が悪化しないどころか、ガンが消えて見えなくなってし

まったのには、さぞ驚いたことでしょう。なお、この男性は、入院中に放射線治療も行っています（病院から渡された抗ガン剤は、あえて飲まなかったそうです）。ですから、食道ガンが改善したのは、尿療法か放射線治療か、どちらの効果かはわからないという人もいるでしょう。

確かに、論理のうえでは、食道ガンが消失したのは、尿療法をやらなくても、放射線治療で治ったのかもしれない、あるいは自然治癒したのかもしれないということも考えられます。しかし、私のところには、「尿療法で難病が治りました」という報告が、全国の多くの人々から寄せられています。もちろんその中には、ガンの患者さんも多数、含まれています。

尿療法を実行される人は、世の中全体からすれば、まだまだ少数派のはずです。この少数派の、尿療法を実行された人たちにのみ、現代医学的な治療が効を奏したり、自然治癒したりして病気が完治する一方で、一般の病院でそういうことがあまり起こらない、あるいはそういう報告が少ないというのは、不自然なことではないでしょうか。やはり、尿療法の効果を無視することはできないと思われます（もちろん、現代医学的な治療が効果を上げたり、自然に治癒したりということも、皆無とはいえませんが）。

第4章

試した、治った、驚いた34人の実名手記

リウマチ

ひざの痛みが尿療法で取れ階段の昇降もぐんと楽になった

●東京都●53歳
●主婦
松下規子（まつしたのりこ）

◇痛み止めの薬はいっさいやめスタコラサッサと歩けるようになった

私の体にリウマチの症状が現れたのは、今から一年一〇ヵ月ほど前のことです。それからほどなくして、家の二階へも上がれなくなり、以後ずっと、ふとんの中で寝て暮らす毎日が続くはめになってしまいました。

私のリウマチは、ひざや足指のつけ根の痛みが特にひどかったため、家ではひざから下をいつも包帯でグルグル巻きの状態にしていたのです。

今年に入って、ある病院のリウマチ科に、通院していましたが、いただいた薬をいくら飲んでも、いっこうに痛みは解消されなかったのです。

あるとき、その病院の待合室で診察の順番待ちをしていると、そこで知り合った奥さまがルンルン気分でやってきました。そして「私はこうよ」といって、軽やかにスキップを始められたのです。この奥さまは、私のリウマチよりはるかにひどい症状だ

ったため、驚いてどうしましたのと聞きますと、「『壮快』という雑誌を読みましたか」と尋ねられたのです。私が、「いえ」と答えると、ニコッと笑って「尿を飲んでるのよ」といわれたのです。

私はそのとき、初めて尿療法の存在を知りました。その話を聞いたときの私は、尿を飲むぐらいなら死んだほうがましだ、と考えました。ところが、実際に症状が改善して喜んでいる方を目の前にしてみると、尿療法に対する興味だけは湧いてきました。

そこで、まず『奇跡が起こる尿療法』（マキノ出版刊）という本を取り寄せ、読んでみることにしたのです。

注文した本は品切れ状態でなかなか届きませんでした。その間も、くだんの奥さまからは、毎日のように「もう飲んだ？」というお電話がかかってきます。

で、どうしようかと迷っているとき、やっと尿療法の本が到着しました。

本を読んだあと、さすがに抵抗感といったものはへりましたが、それでもコップ（プラスチック容器を使用）は使い捨てにしています。

尿を飲み始めて二〇日ほどたったころでしょうか。いつも買い物やお掃除をお手伝

いしてくださる友人の奥さまが、私がふとんから起き上がって台所へ行くのを見て「軽く立ち上がれましたね」といわれたのです。

そういわれてみると、今までの私はふとんから起きるとき、体の痛みのためひと苦労していたのでした。このとき初めて、体の変化に気づいたのです。

それからというもの、リウマチの痛みは次々と消えていきました。まず、飲み始めて一ヵ月後ぐらいには、家の中の階段をひざが痛まずに昇降できるようになりました。また、まだハイヒールは履けないものの、普通の靴を履けば自宅からもよりの駅まで、スタコラサッサと歩けるようになりました。

さらに、手の指は痛んで歯ブラシが使えず、台所仕事で野菜を切ることもできないほどだったのに、今では両方ともできるようになったのです。もちろん、尿療法を始めてから痛み止めなどの薬はいっさい飲んでいませんから、これらの変化は尿のおかげだと確信しています。

先日、六月十五日のことですが、病院でリウマチの検査をやっていただきましたところ、その結果の反応はすべてマイナスになっていたので、これで症状の改善が完全に裏付けられた、というわけです。

＊

◇医師のひと言◇「尿中のホルモンの作用で痛みと腫れが鎮静」

約二年間のリウマチによる関節痛が、尿療法によって著しく減少し、日常の活動が最少限でも可能になったことは、ほんとうに喜ばしいことです。

尿中のホルモンの効果や炎症をおさえる作用で、鎮痛作用が起こります。松下さんのリウマチの痛みが軽減したのもそのためで、このような痛む病気に尿療法が効果を発揮した臨床例は、数多く見られます。

（立野町蘭松医院院長　東原隼一）

リウマチ

◇尿療法で手の痛みとこわばりが取れ胃潰瘍の症状も消失

●京都府●58歳
●無職　山本和代

◇15年間悩まされたリウマチの痛みがやわらぎこわばりが取れた

私は一五年ほど前から、関節リウマチに悩まされるようになりました。年々ひどくなってきて、痛みや腫れ、手のこわばりのほかに、去年からは、左手の人差し指が曲がって伸びなくなってしまったのです。パン工場に勤めていましたが、仕事ができな

くなったので、辞めました。

毎日、病院にリハビリテーション（機能回復訓練）に通いました。しかし、よくなるどころか、思うような成果は見られませんでした。そんなときに、友達から尿療法のことを聞き、興味を持ちました。そして、去年（平成元年）の『壮快』十二月号の尿療法の特集を読み、もう自分のリウマチがよくなるのはこれしかないなと思って、すぐに飲み始めたのです。

毎日、朝と夕方の二回、コップ一杯（約一八〇ミリリットル）ずつ飲みました。すると、一カ月ほど続けたところで、手の痛みがやわらぎ、こわばりが取れてきたのです。まだ、指は曲がったままですが、それでも体の調子がずいぶんよくなったような気がします。

実は、私は以前に胃潰瘍の手術を受けていて、その後も、胃の潰瘍（粘膜のただれ）ができたり治ったりをくり返し、病院でずっと薬をもらっていました。


胃の調子も快調と山本さん

尿を飲みだして二週間過ぎたころに、胃潰瘍の薬もリウマチの薬も、全部やめました。ところが、胃の調子は快調で、胃潰瘍の症状はすっかりなくなったのです。

尿療法を半年ほど続けているわけですが、最近、少し気になることがあります。調子がよいときにはなんとも感じないのに、体が疲れたり、弱っていたりすると、尿が苦かったり、辛かったり、とても飲みにくい味になります。食べたものの影響でもあるのでしょうか？

こういう尿でも、飲んでだいじょうぶでしょうか？

＊

◇医師のひと言◇「尿の味は健康状態や食事、薬の摂取で変わる」

尿の味は、日々の健康状態や食事、薬物の摂取によって違ってきます。透明で飲みやすいのは、薬も飲まず、体の調子のよいときです。

特に苦かったり、塩辛かったりして、飲みにくいときには、水や果汁で薄めるとよいでしょう。また、夜にウメ干しを食べて翌朝の尿を飲むと、まろやかな味がします。

（立野町蘭松医院院長　東原隼一（ひがしはらはやかず））

リウマチ

どんな薬も無効だった関節の痛みと腫れが尿療法で鎮静

●福島県●74歳
●渡部内科医院事務長

渡部　勲

◇夜間頻尿、白内障もすっかりよくなった

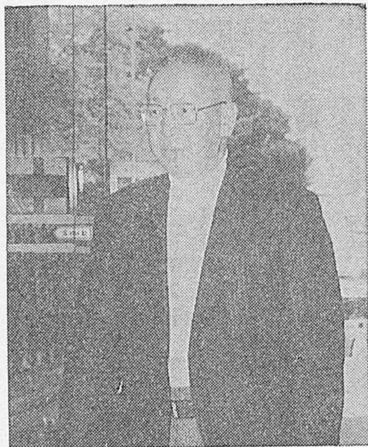
私が血液検査の結果、リウマチであると診断されたのは、昭和六十年九月十九日のことでした。

最初は、右の手足に腫れと疼痛（うずくような痛み）を覚えました。

これは約半年ほどで治癒しましたが、今度は左の手足に、腫れと疼痛が移っていきました。

とりわけ左ひざの関節がひどく、ここから濃い白濁した液体が、ほぼ二週間に一回のペースで排出するほどでした。

医師の指示によって、各種の消炎鎮痛剤（炎症をおさえ痛みをしずめる薬剤）を服用するようになりました。また、リウマチに効くといわれている各種の漢方薬も試してみました。



白内障も改善した渡部さん

しかし、症状はいっこうに改善されないまま、ただいたずらに三年という歳月が流れたのです。

そして一昨年（昭和六十四年）、私は『壮快』の尿療法の記事を読んだのです。

私は取るものも取りあえず、執筆者の中尾良一先生に電話をかけ、詳しい資料を送っていただきたい旨を告げました。

中尾先生は快諾され、さっそく資料を私の所に送ってくださいました。昭和六十三年十一月二十七日のことです。資料によく目を通して、これなら信じることができるとの確信が持てたのでした。

そこで、その日より毎朝一回、一五〇ミリリットルの尿を飲用するようにしました。もちろん、いったん信じた以上、なんの抵抗もありませんでした。

飲み始めて一週間目あたりから、左の手足の炎症感が薄らいでいきました。

ところが、これはいいぞと思い始めたの

は一〇日目ごろで、症状が徐々に逆戻りし、かえって悪くなっていったのです。歩行が以前より困難になったのをはじめ、すっかり回復したと思っていた右手足と両肩付近にも疼痛が現れてきました。

自転車を停止するために、足を着地させると、激しい痛みが走ります。そのため、自転車もろとも地面に転倒したことが、実に七度にも及んだ始末です。

しかし、これは資料にも書かれてあった好転反応（病気がよくなる前に現れる症状で、病状が一時的に悪化する反応のこと）だと思い、回復への信念をますますたぎらせて尿療法を続行しました。

案の定、ぶり返した疼痛は、間もなくストップし、また改善の方向へ向かい始めました。

そこで、尿療法を始めて一ヵ月目からは、一日に飲む量を二〇〇ミリリットルにふやしました。そのためか、症状は以前にも増して、順調に改善していきました。もちろん、手足の腫れは治まりました。

開始二ヵ月後には、歩行が楽にできるようになりました。

三ヵ月後には、歩行時にもほとんど疼痛がなくなり、とても晴々とした気分になり

ました。このころより、左ひざの関節から排出していた白濁した液体が、ぴたりと出なくなったのです。

時あたかも酷寒の二月。以前なら雨や雪の降る日になると必ず痛んだ両足が、なんともないのには我ながらびっくりしました。

そして四ヵ月目、病院で血液検査をしてもらったところ、炎症の活動性を示すCRPという検査値が陰性となり、白血球の数や赤血球が沈降する速度も、正常値の範囲内におさまっていることが判明しました。

尿療法を開始して一年以上たった現在、リウマチによる痛みはほとんど皆無といった状態で、目下は、痛みのために衰えた足の力を回復させるため、リハビリテーション（機能回復訓練）を行うまでになっています。

また、リウマチの解消に専念している間に、私が元来持っていたいろいろな病気も、いつの間にか治癒していることに気づきました。

例年なら四～五回はかかっていたカゼに、この冬は一度もかかりませんでした。

そのほか、前立腺肥大（男子の生殖器の一部で、クリの実大の器官が肥大する症状）による夜間頻尿、白内障（眼球のレンズに当たる水晶体が白く濁る病気）などの症状が、す

っかり影をひそめてしまったことも、あわせて報告しておきます。

＊

◇医師のひと言◇「血行の促進とホルモンの分泌でリウマチが改善」

リウマチの治療法は現在、ステロイドホルモンなどを中心とする薬剤の投与が、一般的に行われています。しかし、これらの方法は副作用を伴うことが多く、痛みの鎮静に役立つ反面、別の新たな症状を抱え込む人がいることも見逃がせません。

その点、尿療法を実践した人の多くが、痛みを鎮静させるばかりでなく、副作用も現れていないことは、大いに注目すべきところです。リウマチに対する尿療法の効果として、二つ考えられます。

一つは、血行をよくする点です。尿を飲んでしばらくすると、体が内側から温まってくる感じがしますが、これは血行がよくなった証拠です。血行がよくなれば、体の隅々にまで酸素と栄養が行き渡るので、痛みの解消につながるのでしょう。

もう一点は、ホルモンを分泌させる作用です。ホルモンの分泌をよくし、痛みの鎮静に役立つことは、じゅうぶんに考えられます。

また、尿に副作用がないのは、尿がもともと血液の一部だった点を考えれば明らか

です。リウマチに悩んでいる人は、少なくとも半年は、尿療法を続けてほしいと思います。

（立野町蘭松医院院長　東原隼一）

リウマチ

◇25年間苦しみぬいた全身の関節痛が尿療法で驚くほど軽快

●静岡県●62歳
●農業（元教員）　遠山順一

◇思い切り体を動かせたのは二十数年ぶり

『壮快』で特集した尿療法の体験記を拝見すると、何日で治った、一週間で効果が現れたというように、非常に劇的な効果を得た人がほとんどです。そういう幸運な人が多いのも事実でしょうが、私のように、じわじわと少しずつ効き目が現れた、というケースを紹介することも、大いに意義があると思います。

今から二五年前の早朝、全身の節々に激痛が起こり、すぐに私は医師にかかりました。医師から告げられた診断はリウマチで、さっそく入院して治療を受けることになりました。

その入院生活は一年半に及びました。この間、当時流行のステロイド剤を多量に飲


すっかり元気になった遠山さん

まされ、肺結核のような症状を呈し、それを治すだけでも、さらに半年が必要でした。

そして、肺結核の症状は治っても、リウマチの痛みはいっこうによくなりません。朝のこわばりがひどく、手首、足首、ひざなど、全身の関節が痛むため、一人ではシャツのボタンかけも洗濯もできない状態でした。

そのころの私は三十歳代で、子供もまだ小さく、先々のことを考えると不安を感じたものです。なんとか治したいと考えて、あらゆる健康法、治療法、健康器具などを試してみましたが、効果は全くありませんでした。

私のリウマチは、痛みの症状は激烈でしたが、その後の進行速度は遅く、骨の変形などがあまり進まなかったのが、不幸中の幸いといえました。

一九八八年の一月、近所の人との立ち話で、尿療法のことを教えられました。私は

それまでさまざまな治療を試みては効果が得られなかったので、一般の医療や薬にはぬぐいがたい疑念をもっています。ですから、尿療法のことを聞いたときは、抵抗感も違和感もなく、すぐに実行する気になりました。

さっそく、その翌朝から、コップ一杯の尿を飲み始めました。しかし、一週間、一〇日と日を重ねても、これという効果が出ず、これもだめなのかと思いながら続けていました。

そして、尿療法を始めて二ヵ月たったある日、以前は一〇〇メートルも歩けば、足の裏が火のついたように熱く痛くなっていたのがうそのように消え、さらには自転車も乗ることができるようになったのです。

このように自分の意志で思いきり体を動かせたのは二十数年ぶりのことで、私は喜びいっぱいで、子供のように跳びはねたい衝動に駆られました。

これが最初の変化で、続いて肩こりや疲労がほとんどなくなってきました。ご存じのとおり、リウマチは体力を消耗する病気で、疲労感との闘いも大きな比重を占めます。

尿療法のおかげで、その疲労感からほとんど解放されたのですから、ずいぶんと楽

になりました。そして、全身の関節の痛みも、消失とはいかないまでも、確実に軽快しました。

今でも、天気の不安定なときなど、関節が痛むことはよくあります。しかし、前に比べれば問題にならない症状でしかありません。

これまでは倦怠感と痛みのために、遊びにさえ出かける気持ちになれませんでした。しかし、尿療法ですっかり元気になったおかげで、昨年の秋は妻と二人でドライブにも出かけることができました。

尿療法を試してみる人は、一週間、二週間と効果がなくても落胆しないで、じっくりと続けてみてください。二ヵ月でやっと効果が出た私のようなケースもあるのですから。

＊

◇医師のひと言◇「尿療法に対する偏見や無知に惑わされるな」

特にリウマチにおいては、発病後、なるべく早くから尿療法を実行すれば、効果が現れるのもそれだけ早くなります。尿療法を始めたとしても、以前にさまざまな薬物療法をしていると、化学薬品で人体が汚染されているので、尿療法の効果が出るまで

時間がかかるものです。

とはいえ、尿療法の時期が遅くなったとしても、この人のように、忍耐強く、効くまで実行する信念が大切です。

残念なことですが、尿療法を最後の手段として実行するために、回復が遅れる人が多いのも事実です。その原因になっているのが、尿療法に対する偏見や無知です。尿療法について何も知らないのに、とやかくいう医師がいます。「私は知りません」と正直にいえばいいのに、知ったかぶりでいろいろなことをいうので、患者さんも惑わされてしまいます。全く迷惑な話です。

（中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち））

リウマチ

「ありとあらゆる治療でも治らなかった痛みが尿療法で激減」

●長野県●64歳
●主婦　中山（なかやま）スエ

◇好転反応の山を越えたらそこは別世界のように明るい楽な毎日

私は今から十二、三年前にリウマチにかかり、それは、それは苦しい、つらい思いをしてきました。

まず、手先に起こった痛みが、手首からひじ、肩とはい上がってきて、もうなんともいえない痛さでした。手から力が抜けて、寝ていて肌寒いので足元のタオルケットを体にかけようと思っても、それを引っ張り上げることさえできませんでした。

手だけでなく、足もひどい痛みで、道を歩くにも小またでよろよろと、今にも転びそうな感じで、階段などは一足、一足、やっとの思いで上ったものです。

病院の先生は、「リウマチには特効薬はありません。痛み止めの副腎皮質ホルモンは、長く飲み続けると副作用が出ますから、慎重に使いましょう」といわれました。

そんならもう見捨てられたのといっしょと考えて、それからは整骨院にも行きましたし、電気の治療やらマッサージやら、いろんな治療法を受け、よかったり、悪かったりしながら今日まできました。

その間、三年前には肺に腫瘍が見つかって手術を受けました。右の肺の一部を切除し、おかげさまで悪性のものではなかったものですから無事に退院できました。

それで、今年一月十五日のことでしたが、久しぶりに会った友人に、「リウマチがちっともようならんとよ。痛くて、痛くて……」と話しましたら、その人が、「そしたら、おしっこ飲んでみらんね」といって尿療法のことを教えてくれました。

私は最初はあきれて、まあ、そんなことがあるものだろうか、と思いました。でも、今までありとあらゆることをやって治らなかったのだから、もうこれしか残ってないのかもしれない。それにこの痛みのつらさに比べれば、尿を飲むくらいなんでもないと思い、さっそく、その翌日の朝から飲み始めました。

そうしましたら、五日ぐらいして、右の手首が腫れてきて、それまでよりもよけい痛くなりました。また、左手が上がらなくなり、肺の手術の跡もチクチク痛み、体じゅうのあちこちがいっぺんにおかしくなったようでした。

それで、その勧めてくれた友人に電話をかけて、かえって具合が悪くなったようだからもうやめたいといいましたところ、「それは好転反応というものなの。もうちょっと我慢せんね」といわれました。



血色もいい中山さん

それで、痛みをこらえて飲んでいるうちに三、四日すると、しだいに痛みが薄れてきました。友人がいったように、好転反応の山を乗り越えたら、あとはもう別世界になったように明るい楽な毎日になりました。

私は今、趣味の籐工芸を楽しんでいます。籐のつるを

折り曲げて、編んでいく、手に力のいる仕事なので、リウマチのひどいときは思いもつかぬことでした。それが、今はらくらくとできるのです。道もさっさと歩けるようになり、階段もどんどん上れるようになりました。

肺のほうも、今までは手術したところに手を当てると冷たかったのですが、最近は温かくなってきた感じです。

肺の手術後、一年に三回、レントゲンの検査を受けていますが、尿療法を始めて一ヵ月たったころが、その検査日でした。

病院に行きましたら、先生が私の顔を見るなり、「ほう、ずいぶん顔色がよくなりましたね。写真も異常なしですよ。もうだいじょうぶですね」といわれました。

この血色がよくなったというのは、近所の人や知り合いやら、みんなにいわれます。

＊

◇医師のひと言◇「リウマチと闘うと作られるワクチンが尿中に存在」

尿療法にとって、リウマチは案外、改善が容易な治療対象といえます。

リウマチの患者さんの新鮮な尿には、血液中でリウマチと闘うことによって作られ

た〝自家ワクチン〟ともいうべき物質が豊富に含まれていると考えられます。

だからこそ、特効薬がないといわれるリウマチが、尿療法で短期間のうちに改善してしまうのでしょう。

顔色がよくなるのは、痛みが軽減するからでもありますが、貧血が改善され、血液循環もよくなるからです。それは、肺の手術後の冷えが取れたことからもおわかりでしょう。

くり返し述べていることですが、症状が改善する直前に、一時的に症状が悪化する好転反応についてあらかじめ知っておき、それを乗り越えることが大切です。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

高血圧

三、四日の尿療法で血圧が下がりひざの痛みも一カ月で消えた

●名古屋市●53歳
●会社員
大浦幸枝（仮名）

◇飲み始めた最初の日からめざましい効果

私は現在、ビル清掃の仕事をしています。以前に左ひざのお皿を割って以来、その影響が右ひざにも伝染したのか、ときどき仕事を休まなければならないほど、両ひざが痛むことがありました。

職場は、近代的な高層ビルで、歩けなければ仕事になりません。そのため医師からは、今度痛みが出たら仕事をやめるようにといわれていたのです。

そんなあるとき、『壮快』（一九八九年九月号）を読んだ私の友人のご主人が、リウマチに悩む娘に行わせようと、自分でも尿療法を始めたという話を聞きました。

私は、尿を飲むことに多少の驚きを覚えつつも、ある興味を持って、このご主人の成り行きを眺めていました。

そして一週間後、そのご主人から尿を飲んでも体に悪影響は出ないこと、それはばか

りかいろいろな難病にも効くらしいという話を聞き、私も自分で試してみる気になったのです。

というのも、私自身、昔から数多くの病気に苦しめられてきたからです。初めて尿を飲んだ日の朝は、今でもよく覚えています。意を決して飲んでみたものの、気持ち悪さがいつまでも残り、出勤で家からバス停へ向かう途中で何度もジュースを買って飲みました。しかし、このままではいけないと思い、我慢して尿を飲み続け、四日目の朝になってやっとジュースを絶つことができたのです。

ただし、そのかいあって尿療法の効果については、めざましいものがありました。

まず、尿を飲んだ最初の日から職場では、体が軽くなったという感じがありました。

また、長年苦しんできた高血圧も、飲み始めてからわずか三、四日目ごろからみるみる血圧が下がってきたのです。

私の高血圧は、四十二歳のときから始まりました。当時の血圧は最小が九〇㍉で、最大血圧はあまり高くなく、最小血圧が高いのが特徴でした。

その後現在まで、ずっと血圧降下剤を飲んでおさえてきましたが、尿療法を始める一〇日ぐらい前から再び急激に高くなり、職場でも、ときどき体が揺れるような感じ

を覚えていたのです。

そこで、現代医学の薬ではらちがあかないのではないかと思い、針灸の治療院を訪れてみました。ところが、私のような患者はとても針灸で治すのは無理だから、すぐ病院へ行きなさいといわれて、けっきょく、また元の薬を飲むことになったのです。

その一〇日後、再び病院へ行き、一週間分の薬をもらってきましたが、ちょうど尿療法を始めたことでもあり、まず一日三回飲むところを一回にへらしてみました。すると、高血圧でふらつくどころか、かえって気分がそう快になってきたのです。尿を飲み始めて以来、体調も良好で健康な状態に戻っていると思われます。

ところで、私が尿療法を始めるきっかけとなった両ひざの痛みは、尿を飲み始めてから約二ヵ月ほどでほとんど消えました。

また、同じく長年にわたって苦しんだ肩こりや手首のしびれ、のどの痛みなどが、みごとなほどなくなったばかりか、それまでしばらく会わなかった人がびっくりするほど、肌の色も白くきれいになりました。これも尿療法のおかげと感謝しています。

＊

◇医師のひと言◇「尿療法を続けていれば苦痛は取り除かれる」

尿には血圧を安定させる働きがありますが、その効き方には個人差があります。大浦さんのように、非常に早く効く人もいれば、もっと時間のかかる人もいます。だいたい三ヵ月～六ヵ月はかかると考えてください。したがって、血圧が安定するまでは血圧降下剤を服用して、異常に上昇しないように調整することが必要です。血圧が安定したら、血圧降下剤は不要になります。

ほとんどの人は、尿を飲むと気分がそう快になることを経験します。そのほかにも、こりや腰痛、関節の痛みなど、現代医学では治すのが難しい症状まで改善されることがしばしばです。

「尿は汚物」といった常識に抗して、信念と忍耐によって尿療法を続けていれば、確実にさまざまな苦痛が取り除かれていくのです。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

高血圧

尿療法で高血圧と心臓病が改善し耳鳴りまで完全消失

●長崎県●68歳
●元看護婦
三浦サチ

◇胸が締めつけられるような発作が出なくなりつめと唇の色がとてもよくなった

私は若いころから血圧が高く、三十八歳のときからもう三〇年間も、ずっと降圧剤（血圧降下剤）を飲んできました。特に高いときには最大血圧が一九八㍉ぐらいにまで上がってしまい、そのせいか、いつも耳鳴りや頭が重い感じ、頭痛、めまいなどに悩まされていました。

また、心臓も悪く、狭心症（心臓の血管が狭くなって起こる病気）、冠動脈硬化症（心臓の筋肉を養う動脈が硬化して起こる病気）、虚血性心疾患（心臓の筋肉への血液の供給が不足して起こる病気）、心肥大（心臓が肥大した状態）といった病名がつけられました。

ちょっと疲れると、左の乳の下が締めつけられるように痛み、ひどいときには舌下錠（舌の下に含む薬）を使って、発作をおさえていたものです。

それが、たまたま入院している姉の病院に兄弟が集まり、そのときに長兄から尿療法のことを教えてもらってから、体がぐんと元気になったのです。ほかの兄弟たちは、尿を飲むなんて実行しきれないなあ、といっていたのですが、私は家に戻ってすぐに始めて、薬は全部やめてしまいました。尿を飲み始めて最初に出てきた効果は、心臓のほうだと思います。胸が締めつけられるような発作が出なくなり、いつの間にか忘れてしまいました。そして、つめと唇の色がとてもよくなってきたのです。

まず、つめが桜貝のようなピンク色になり、老化の現れだといわれるつめの縦じわが消えて、とても滑らかになりました。また、心臓が悪いせいか、唇に紫色のはんてんが出ていたのですが、これが消えて、血色が大変よくなったのです。

◇肌がきれいになって色白になり髪が黒くなった

血圧は、尿療法を始めて三ヵ月ぐらいの間は下がらなかったのですが、以後少しずつ下がりだしました。病院では、しばらく様子を見て、この分ならもう薬を飲まなくてもよい、といわれました。頭が重い感じや頭痛、めまいなどもなくなったのです。



耳鳴りも消えた三浦さん

なんといっても驚いたのは、これまで耳鳴りがひどくて聞こえなかった、腕時計の秒針のコチコチという音が、三ヵ月たったある日、耳に偶然持っていったところ、聞こえるようになっていたことです。そして、しばらくしてまた聞こえなくなり、半年後にまた聞こえるようになりました。このときから、血圧が安定して、耳鳴りがすっかり消えたのだと思います。

私は朝一番の尿を、毎日、二〇〇ミリリットルほど飲んでいます。

最初の三日間はちょっと抵抗があって、ぐい飲み一杯を飲むのがやっとでしたが、多くの人がこれで元気になっているので、私もあやかりたいと、四日目からはコップ一杯ずつ飲みだしました。私は看護婦だったので、尿には雑菌が多いと聞いており、それも抵抗感を持つ原因でしたが、今では薬だと思って飲んでいます。

おかげでいろいろな症状が改善したほか、肌がきれいになって、色も白くなり、手の甲の老人性のシミが薄くなったのもうれしいことです。また、飲み始めて六ヵ月過ぎたころより、真っ白だった髪が黒くなってきました。しばらく会っていなかった友人から、「髪が黒くなりましたね」と、うれしいことをいわれました。

＊

◇医師のひと言◇「血管壁をきれいにして血圧を正常にする尿療法」

三浦さんの場合、動脈硬化が原因で狭心症（心臓を養う栄養や酸素を運ぶ血液の流れる血管が詰まって起こる病気）の発作が起こったものと考えられます。心臓血管の内壁に狭くなった部分があれば、力仕事や運動を少ししただけで、血液の供給がじゅうぶんにできなくなってしまうのです。

ところが尿中には、その血管壁をきれいにして血液の通りをよくする物質が含まれているので、発作を消失させる働きがあります。したがって血圧も正常になり、耳鳴りもまた消失したと考えられます。

つめがきれいなピンク色になり、顔の血色もよくなり、肌がつやつやになるなどの若返り現象も、尿療法を実行した多くの人に現れる効果で、決して不思議なことではありません。

血圧が安定すれば必要なくなりますが、それまでは、やはり血圧降下剤を飲みながら、尿療法を続けてください。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

心臓病

15年悩んだ心臓病の発作が尿療法で止まり以来発作が皆無

●愛媛県●67歳
●主婦　小椋妙子

◇飲みだしたその日の晩からいびきをかかなくなった

私はここ一五年ほど、動脈硬化のために心臓の血管が狭くなる冠不全という状態で、心臓病の発作に苦しみ、たくさんの薬を飲み続けてきました。去年の十一月は特

に病状が悪化し、胸が締めつけられるように痛む発作が、毎日起こりました。そこにちょうど、大阪の友達が送ってくれた中尾良一（なかおりょういち）先生（中尾内科医院院長）の尿療法の本、『奇跡が起こる尿療法』（マキノ出版刊）が届き、私はすぐに実行したのです。

朝の尿がよいということなので、朝一番の尿、二〇〇ミリリットルを飲み始めました。しかし、早くよくなりたかったので、昼間もおなかがすいたときに一〇〇ミリリットルずつを二回飲み、一日合計四〇〇ミリリットルを飲むようにすぐに切り替えました。おぼれる者はわらをもつかむといいますが、まさにこれしかないと必死の思いだったのです。

私は飲み始める前は、毎晩、大きないびきをかいていました。ところが、飲みだした日の晩から、いびきをかかなくなったのです。それを見ていた主人は驚き、次の日から主人も、別に悪いところがないのに飲み始めました。

そして、あんなにひどかった心臓病の発作が、飲みだしてからぴたりと止まったのです。それ以来、八ヵ月たった現在まで、発作は一度も起こっていません。

また、私は若いときから、ひどい便秘に悩んできましたが、尿を飲み始めてから、まるでウシのふんのように恐ろしい量の便が、毎日出たのです。そのうちに、少しずつ普通の便になってきましたが、二十歳ごろからずっと悩んでいた私にとって、毎日

便が出るのは、夢のようなことでした。

◇体重が四キロへりおなかがすっきりと締まってきた

さらに、以前は太っていて、五～六ヵ月の妊婦のようなおなかをしていたのが、尿療法を始めて五ヵ月で、体重が四キロへり、おなかがすっきりと締まってきたのです。

その後、偏食しなくなり、なんでもおいしく食べられるようになりました。夜は熟睡できるようになりました。また、いつも肩がこって、一ヵ月に二回はマッサージに通っていましたが、今は肩のこりを感じることがありません。カゼも一度もひきません。そのほか、以前は髪を洗うと地肌が透けるほど髪が少なかったのに、今は毛根が太くなり、真っ黒な毛がふさふさと出てきました。顔のつやもよくて、五十歳代に見られるほどです。



50歳代に見られる小椋さん

ただ、ここまで来るには、好転反応（病気がよくなる前に一時的に現れる症状）というのでしょうか、体にいろいろな反応が出ました。まず、尿を飲みだした直後から、頭痛が一ヵ月ほど続きまし

た。次に小さいときから胃が悪かったためか、胃に反応が出て、二ヵ月ほど、胃痛がありました。その次が白内障のある目です。目がだるくて、目を開けていると胸がムカムカしましたが、これは一〇日ほどで治まりました。

とにかく、以前は、漢方薬も合わせると、年に四〇万円分もの薬を飲んでいたのですが、その薬とさよならすることができて、ほんとうに喜んでいます。現在は薬に使っていたお金を趣味に使い、編み物教室に通っています。頭の回転がよくなったことに驚いています。最近は、病気に悩んでいる友人たちに、「私を見ればわかるでしょう」といって、尿療法を勧めています。

＊

◇医師のひと言◇「信じて実行すれば大きな効果が得られる」

心臓発作がなくなったのは、心臓の筋肉に栄養を送る血管の血流が改善された結果でしょう。同時に強調したいのは、小椋さんのように、疑念を抱かず尿療法を実行することの大切さです。尿療法は、疑わずに実行すれば大きな効果が得られますが、疑いながら実行してもあまり効果が現れません。不思議ですが、そういう事実があるのです。これは脳神経の働きと関連があるのかもしれません。便秘が改善されるのも、

腸管の血流がよくなって、腸の運動が活発になるからです。尿療法をすると、太った人はやせ、やせた人は太るというように体重が適切に増減します。微妙な効果をもたらす尿療法は、天が人に与えた完全無欠の治療法といえます。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

心臓病

狭心症の胸痛発作が尿療法を始めたら治まり皆無になった

●千葉県●76歳●無職　及川和芳

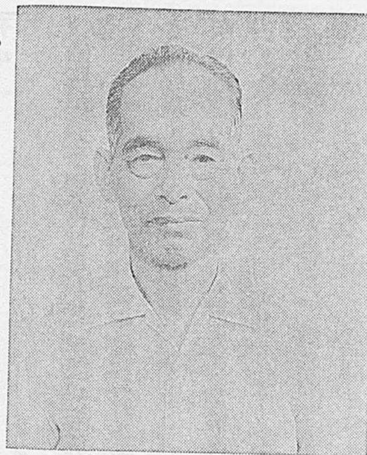
◇歯茎が引き締まり尿が効いているのだと直感

初めて尿療法を知ったのは、『壮快』一九八八年四月号だったと思います。そのときの記事を読んで、私は実行することになろうとは想像もしませんでしたが、これは現代医学の盲点を突いた優れた治療法に違いないと考えたものです。

また、そのときの中尾良一先生（中尾内科医院院長）の記事で、「尿療法はヘルペス（帯状疱疹）にもきわめて効果的」ということも記憶に残りました。この記事を読んでしばらくしたら、なんと私自身がヘルペスにかかってしまいました。右足の太もも

からふくらはぎ、かかとの近くまで水疱ができ、それが猛烈に痛むのです。すぐ医師に診てもらい、投与された薬を飲みましたが、ほとんど効果がありません。このときの痛みといったら、痛くて痛くて、とてもじっとしていられないほどです。

ふろに入っていると、痛みが少しやわらいで楽なので、一日に四、五回も入りました。そんなとき、『壮快』で中尾先生が述べておられた「ヘルペスに尿が効く」ということを思い出し、尿を飲む決心をしたのでした。



元気満々の及川さん

しかし、家族の目の前で尿を飲むわけにはいきませんから、孫や息子夫婦が寝静まるのを待ち、その日最後のふろに入って、ついに尿を飲みました。

そうして、連日、尿療法を続けました。体の変化を感じたのは、二日目です。それまで歯がぐらぐら動いていたのですが、歯茎が引き締まり、歯が動かなくなったようでした。これは尿が効いているのだと直感的に思いました。

最初は慣れないので、尿を飲むのにいやな気持ちもしましたが、これに勇気づけられて、毎晩、いっしょうけんめいに飲み続けました。すると、一日ごとに、尿がぐんぐんと体に効いているように思われました。ヘルペスの痛みがすぐになくなったわけではないのですが、徐々に徐々に痛みが軽快し、体調も少しずつよくなるようでした。

尿療法を始めて一ヵ月後には、水疱の跡は残っていましたが、痛みがほとんど消失しました。同時に、自由に歩き回ったり自転車に乗ったりもできるようになりました（痛みがひどいころは、そんなことさえできなかったのです）。

そしてそのうちに、痛みも水疱も、すっかりなくなってしまいました。

ヘルペスのほかに、狭心症（心臓を取り巻く動脈が詰まって起こる心臓病）もよくなるという、すばらしい「おまけ」がつきました。

私は狭心症のため、毎朝、四時ごろになると、決まって三〜五分ほどの間、胸が圧迫されていました。医師に投与された薬を毎日飲んでいましたが、よくなりませんでした。それが、尿療法を始めるようになって、気がついてみると、朝の胸の圧迫が起こらなくなっていたのです。それからは、狭心症の薬は飲むのをやめました。しかし

それでもいっこうに不都合は起こりませんでした。

尿療法は今でも続け、非常に体調がよく、元気満々、やる気満々といったところで、こんなにうれしいことはありません。知人、友人に私の経験を話し、尿療法を広めていますが、神経痛やひざの痛みなどが治った人も多く、感謝されています。

＊

◇医師のひと言◇「尿の成分が血液の凝固を防ぎ心臓病を改善する」

ヘルペスは、神経が猛烈に痛む病気です。この病気にかかったときは、尿療法を実行するのが早ければ早いほど、治療効果もあがります。遅れた分だけ、治りにくくなるといっても過言ではありません。

おおむね、発病して六ヵ月以上経過した場合、治りにくくなるようです。この時期を境に、慢性化して神経内でのウイルスの増殖が進行するからでしょう。特に、女性の性器ヘルペスでは、患部が患部だけに、放置して現代医学の治療さえ受ける時期を失ってしまいがちです。そんなときでも、尿だけはお飲みになることを勧めます。

また、尿には血液がかたまるのを防ぐ働きもあります。狭心症は、血液がかたまってできた血栓のために心臓の血管が詰まり、胸の痛みを起こす症状のことです。この

血液の凝固を予防、改善するので、狭心症が治癒ないしは軽快するわけです。

そのほか、全身の血行をよくする、動脈硬化を予防する、自律神経（意志とは無関係に血管などの働きを調整する神経）を調整して血圧を下げる、などの尿の働きも、狭心症の改善に多いに役立っているでしょう。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

心臓病

病院で診断された心不全、不整脈が尿療法で治り病院と無縁

●埼玉県●75歳●主婦　長崎佐枝

◇尿療法を実行して14日目で顔のシミが薄く小さくなる

私は五年前、わずかな距離を歩くだけでも息苦しくなりました。腰をちょっと曲げて、後ろ手に両手を組まないと、胸が苦しくなって歩けず、そのうえ、背中はかたくこっていました。私は愕然としました。歩けないということは、行動の自由がないということなのですから。

さっそく、近くの医院と病院で受診しましたが、心電図をはじめさまざまな心臓の機能を調べる検査の結果、冠状動脈硬化（心臓の筋肉に栄養を送る冠状動脈が動脈硬化を

起こしている状態)、心臓の拡張、心不全(心臓の機能が著しく低下している状態)と診断されました。脈が乱れる不整脈もあり、血圧は最大が一五〇ミリ、最小が九〇ミリと、高かったのです。

不快な症状を医師に訴えると、「もう高齢ですから」と、どの医師からも突き放されるのです。こうなっては、自分の体は自分で管理するよりほかに方法はありません。本や雑誌から民間療法や健康体操を学び、自分で実行したのです。

私が民間療法の中でも、尿療法を実行しようと思った理由は、二つあります。私の病気が難病に属していたことと、医療費が多額だったからです。市役所からの医療通知など、これまで気にしたこともなかったのですが、なんとなく気になって開いてみると、通院一ヵ月一回で七二〇〇円、三回でなんと二万八四〇〇円と記載されていました。

医療費のことなど、私にはまるでわかりませんが、その金額のあまりの大きさに驚きました。国全体の医療費を推測すると目がくらみそうです。

そういうとき、尿療法を始めようと思ったのは、発売間もない『壮快』九月号(平成元年)を読み、尿療法がさまざまな病気の改善に有効なことを知ったからです。中

尾先生のお説を信用しました。

尿の効果を身をもって実証できれば、すべては解決するなどと、今から思えば恥ずかしくなるような思い込みようで実行したのです。以下に、尿療法の経過について、具体的に箇条書きにし、紹介します。

●一日目(平成元年八月十四日、うがい用のコップ一個を用意)、昼に尿五〇ミリリットル飲む。飲むうちに気分が明るくなる。尿はしょっぱくてくさい。あわててうがいする。

●二日目、昼二〇〇ミリリットルを二回に分けて飲む。大小便の通じが最高によくなる。

●三日目、起き抜けに二〇〇ミリリットル飲む。下半身が温まり、その晩は快眠。夜のトイレ通いが全くなかった(毎晩一、二回起きていた)。入浴中、腹部が餅のようにやわらかいのに気づく(それまでかたく、出っ張っていた)。

●四日目、二〇〇ミリリットル飲む(この日以降、毎日の定量を二〇〇ミリリットルに決める)。

●七日目、大便の量が半減。

●一四日目、顔のシミが薄く小さくなる。

●一六日目、定期健康診断。血圧が最大一一一ミリ、最小七〇ミリに下がる(若者の血圧といわれる)。

●一七日目、遠方がよく見える。走っても苦しくない。
●二〇日目、水虫が消失。
●二四日目、背中のこりがなくなる。
●三九日目、駅の階段を四〇段上っても、呼吸が乱れない。
●六七日目、定期健康診断（血圧が最大一四〇ミリ、最小八四ミリ）。
●八二日目、薬をやめる。
●九二日目、体調が抜群によい。手足のつめがピンク色になる。その気になれば、老眼鏡なしで週刊誌が読める。
●一五〇日目、定期健康診断。主治医より、もう来なくてよいといわれ、尿を飲み出してから五ヵ月で、病院との縁が全く切れた。

小学校の孫の学級がカゼで閉鎖になっているのに、私はカゼもひかず、雪模様になるまで暖房器具も使いませんでした。尿療法を始めてから疲れ知らずで、テレビを終日見ても目が疲れず、よいことずくめです。

私が短期間で健康を取り戻せたのは、尿療法のほかに速歩とか健康体操とかを実行し、体調をよくするように努力したからだと思います。

＊

◇医師のひと言◇「血圧降下剤が不要になった例は珍しくない」

心臓が最大限に働いても、体の各部に酸素がじゅうぶんに行き渡らない状態を心不全といいます。長崎さんが少し歩いても苦しくなるのは、この心不全のために、運動に見合った量の血液が流れなくなったからです。

とはいえ、独立した臓器である心臓は、みずからの障害を修復する機能をもともと備えています。それを代償作用といいますが、心臓に障害が起こると、心臓自身が拡張したり肥大したりするのも、心臓の機能低下を補うための代償作用なのです。尿療法によって、血流がよくなり、血液循環がスムーズになれば、その代償作用（心臓の肥大、拡張）も必要がなくなるので、元の姿に戻るというわけです。

血圧降下剤を用い始めると、一生涯、薬が必要になる人がたくさんいます。しかし、尿療法実行者の中には血圧が下がって、血圧降下剤の服用の必要がなくなる例は珍しくありません。

ただし、血圧が正常に調整されて薬が不要になるまでには、通常、六〜八ヵ月くらいかかることを知っておいてください。

（中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち））

糖尿病

300ミリグラムもあった血糖値が尿療法で172ミリグラムに下がり医師も仰天

山梨県●55歳
公務員●
小沢和子（おざわかずこ）

◇あまりの効果に医師もびっくり

今から一〇年前、職場の健康診断で糖尿病だと指摘されました。それから約一〇年間、自覚症状はほとんど出てこなかったので、症状に苦しめられるということはありませんでした。ところが最近は、夕方になると猛烈な倦怠感に襲われ、横になって休まずにはいられないほどになっていました。

毎月一～二度、病院に検査と薬の入手のために通っていますが、昨年のあるときの検査では、血糖値が四〇〇ミリグラム以上あり、尿糖がプラス三も出て、入院を指示される始末でした。一ヵ月入院し、血糖値が二〇〇ミリグラム前後に下がって退院しました。

その後、経過はいいと思っていたのですが、今年の三月になって、三〇〇ミリグラムに上がり、また入院しなければならないのかと心配したものです。

ところで、私の勤めている職場に出入りしているある人が、やはり糖尿病にかか



尿糖も出なくなった小沢さん

っていました。その人はいろいろと苦しんだ末に尿療法を実行して、今では病気をコントロールしているという体験の持ち主です。

私は何度も、この人から、「糖尿病は、尿を飲むといいですよ」といわれていました。しかし、とてもそんな汚いことはできない、と考えていたのです。

今年の三月、健康についての講演会に行ったところ、会場のロビーで『壮快』が並べられていました。その『壮快』を読むと、尿療法の体験談がいくつも載っていました。それを読んで、私も尿療法をやってみる気になりました。

とはいえ、最初に実行したときは、味は悪いしにおいはきついし、なぜこんなものを飲まなければならないのだろうという気持ちでした。

早朝の尿を、コップの底から一センチくらい、目をつぶって一気に飲みました。

その後、だんだんと尿を飲むのにも慣れ、今はそれほど嫌な感じはありません。

尿療法を始めて二〇日ほどたつと、疲労感、

倦怠感を感じにくくなりました。前は、夕方になると必ず横になって休んでいたのに、その必要がなくなってきたのです。

そのため、今では大活躍です。というのも、私の夫の母が病気で入院中なのですが、私は勤めが五時過ぎに終わると、すぐに姑のいる病院に行き、夕食を食べさせます。七時ごろ帰宅して食事のしたくをし、夕食をすませ、さらに八時半ごろから、食後の運動（ウォーキング）に一時間ほど出かけるのです。

尿療法を始める前の疲れやすい体では、こんなことは考えられませんでした。

尿療法だけでなく、運動も奏効しているのでしょうが、減量も進んでいます。前は六八キロもあった体重が、今は一三キロへって、五五キロになっています。

尿療法を始めてからの血糖値ですが、ずいぶんと下がって、病院の先生からも感心されています。三月から尿療法を始めて、四月の検査では血糖値が一九〇ミリグラムでした。

先生はびっくりして、「小沢さん、私が出した薬以外にほかに何か飲んでるの？」と怪しまれるほどでした。

その翌月には、さらに下がって一七二ミリグラムで、正常値よりほんの少し高いだけです。

尿糖も出ていません。それに、自覚症状の面で、前はあまり気がつかなかったのです

が、近ごろはのどの渇きがなくなってきました。

以前はのどが渇いて、人の倍も水やお茶を飲んでいました。その分、トイレに行く回数もふえるなど、煩わしいものでした。今はのどが渇かなくなったので、水も飲まず、トイレの回数もへりました。ほんとうに尿療法に感謝しています。

＊

◇医師のひと言◇「尿は膵臓の働きを活性化して血糖値を正常に戻す」

糖尿病は主として、膵臓の機能が低下して、インスリンというホルモンが分泌されにくくなって起こる病気です。

尿療法を行うと、膵臓（ばかりでなく全身すべて）の組織が活性化されて、機能が回復するため、インスリンの分泌も正常化して、血糖値が調整されるばかりか自覚症状も軽快していきます。つまり、尿療法は根本的な治療法といえるのです。

糖尿病では糖分の摂取が問題とされるので、尿に含まれる糖は有害ではないか、と心配される人もいるでしょう。しかし、案ずることはありません。含まれた糖の害よりも、組織を改善する作用のほうが勝っているのです。尿中に含まれる程度の糖などは問題ではありません。

（中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち））

慢性肝炎

尿療法でGOT、GPTの検査値が下がり医師がびっくり

静岡県●64歳
農業
原田従道（はらだつぐみち）

◇尿療法でとにかく体調がよく駅の階段も跳ぶように上れる

三〇年近くも前になりますが、私は結核で手術を受け、そのときの輸血が原因で血清肝炎（輸血や注射針によって感染するウイルス性肝炎）にかかりました。そのときに肝炎がすっきりと治らず、慢性肝炎になってしまい、現在に至っています。途中、一～二度入院しましたが、後はなんとか通院だけで済ませてきたのです。

今年に入って、尿療法の話を聞き、初めはそんなことがあるはずがないとバカにしていましたが、試しに三月四日から始めてみました。

そして、三月一五日に定期検査を受けたところ、肝臓病の検査値であるGOT、GPTの数値が、それまで二〇〇～三〇〇もあったのが、それぞれ九五と七五にぐんと下がっていたのです。主治医がびっくりして、「酒をやめたのかね」と聞きましたが、尿療法のことは黙っていました。

検査の数値だけでなく、尿を飲み始めてから、とにかく体調がいいのです。昔は呼吸がきつくて、途中、踊り場で一休みした駅の階段も、今は跳ぶように上れます。

◇洗面器に尿を取り足を浸したら水虫のかゆみがぴたりと治まった

また、去年の五月に腰を痛め、手術をしなければ治らないといわれたのですが、注射でかろうじて痛みをだましていました。この腰痛が、気がつくとすっかり消えていたのです。これで尿療法の効き目にしっかり自信を持ちました。

そこで、今までかゆくてかゆくて悩まされていた水虫の治療に、尿を使うことを思いつきました。朝早く起きて、洗面器に尿を取り、足を浸してビシャビシャかけてみたのです。尿の量があまり多くなかったので、かゆみのひどい左足が中心でした。しばらく浸しておいたところ、左足のかゆみは、一回でぴたりと治まりました。それで次の日は、ふろ場を洗うときにはくプラスチックのブーツ型のスリッパに尿を入れ、それを履いて一五分ぐらい、その辺を散歩してみました。このスリッパなら、尿が多くなくても、くるぶしまで足を浸せます。

これで右足のかゆみも消え、皮がむけていたところがきれいになったのです。

尿は、トイレに起きる朝の四時ごろ、コップに一杯（約二〇〇ミリリットル）飲んでいます。

尿の味は、体調や食べ物との関係で、苦いときやしょっぱいとき、水のようなときもあります。飲むたびに味が違うので、これが体の作用なのだな、としみじみ感じます。

尿はあらゆる病気に効くといいますが、小児マヒとか脳卒中のような難しい病気にも効けば、救われる人がたくさんいるだろうな、と考えています。



体調がよいと原田さん

＊

◇医師のひと言◇「肝炎を改善する効果があるとたくさんの報告」

尿療法に肝炎を改善する効果があることは、私に報告されたたくさんの事例から、疑う余地はないと思います。それと、尿は水虫の治療にも有効です。塗り薬のように、尿を綿棒などにつけ、患部に塗るだけでいいのです。一度つけ、乾燥したらもう一度つけます。これを一週間続ければ、ひどい水虫も完全に治ってきます。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

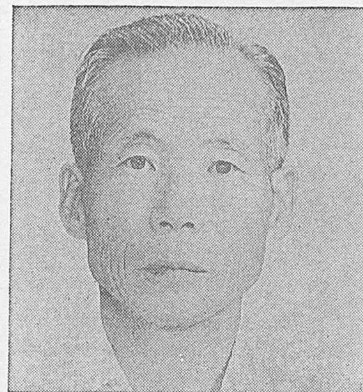
胆石◇わき腹の激痛が三日の尿療法で消え薬をやめても痛まない

●岐阜県●62歳●無職　水野昭八

私が尿療法を始めたのは、昭和六十一年ごろのことだったと思います。知人が、尿を飲むと体によくて、いろいろな病気に効くと教えてくれたので、やってみたのです。そのころ、私は便秘がひどくて、便がなかなか出ず、出てもヤギやウサギのふんのようにコロコロとかたくて、いつも苦労していました。

一日コップ一杯（約二〇〇ミリリットル）の量を飲み始めて、一〇日ほどは、下痢とかゆい湿疹が出ましたが、その後は普通の便に戻り、湿疹も消えました。それ以後、ずっと飲み続けていて、便秘は完全に治ったのです。

ところが、去年の十月に右のわき腹が痛くなり、食欲もないので、近所の開業医に診てもらいました。検尿、検便、エコー検査（超音波を利用した検査法）などの結果、胆石があり、膵臓も悪いので、薬を飲むようにいわれました。そして、翌日から一週間、毎日、排尿量を記録することと、毎夕食後の尿を一部採り、採尿管に入れて提出


友人にも勧めている水野さん

することを指示されました。

排尿量を量る大きなガラスの筒を七本渡されて、私は、それならばこの尿を全部飲んだらどうだろうかと思いついたのです。量ってみると、一日一〇〇〇〜一六〇〇ミリリットルの量がありました。この全部の尿を、これが自分の治療法だと思って、一週間ずっと飲み続けたのです。

すると、三日目ごろから、あのひどかった右腹の痛みが消え、気分もよくなってきたのです。八日目に、また病院で検査を受けたところ、尿は異常なしで、胆石は、もう少し薬を飲んで様子を見ようということでしたが、もう自覚症状が消えたので、薬も通院もやめてしまいました。

その後、腹が痛むこともなく、すっかり体調が戻り、やはり尿療法はよいと確信を深めました。そして、一日二〜三回、コップ一杯ずつ、毎日飲んでいます。尿療法の不思議な〝力〟を感じ、尿のありがたさを改めて認識したので、友人たちにも自信を持って勧めています。

＊

◇医師のひと言◇「少量で効く人もいれば多量で効く人もいる」

胆石や腎臓結石などの人が尿を飲むと、石を形成している成分にもよりますが、石が破壊されて出てくる場合と、溶けてなくなる場合とがあります。

尿療法で、尿はどのくらい飲むべきか、定まっていません。少量で効く人もいれば、多量に飲んで効く人もいます。飲んで気分が悪くない量というのが、その人の適量になるでしょう。

（中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち））

痛風

関節の痛みが三ヵ月の尿療法で消え一五キロの減量にも成功

●群馬県●73歳
●保育園園長
西岡正元（にしおかまさもと）

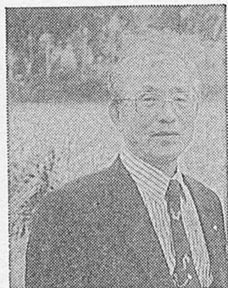
◇もりもりと元気がわいて二十歳も若返った感じ

十数年前から、私は痛風を患ってきました。そのため、薬を飲んで、発作が起こらないように管理しています。また、二年ほど前から、右のひざが痛くてたまりませんでした。

階段の昇降が非常に苦痛なのです。医師に診てもらったことはありませんが、老人性の骨の変形などがあるのだろうと思います。

最近、『壮快』で尿療法のことを知りました。この方法で、痛風と、ひざがよくなるのではないだろうかと期待して、去年の七月から尿療法を開始しました。

当然でしょうが、最初は、尿を飲むことに抵抗がありました。またにおいも気になりました。しかし、それも二、三日だけでした。それを過ぎると、平気で飲めるようになりました。


西岡さん

そして慣れてくると、尿の味の違いがわかるようになってきたのです。塩分を取りすぎるとしょっぱいし、くたびれていると苦いのです。これで自分のコンディションをつかんで、塩分を控え目にしようなどと判断できるようになりました。

ところで、尿療法の効果はすばらしいものでした。尿を飲み始めて三ヵ月たつころ、気がつくとひざの痛みが消えていました。同時に、会う人ごとに、若い、若返った、といわれるようになりました。顔色がとてもよくなっていたのです。

変わったのはそれだけでなく、私の内面でも、もりもりと元気がわいて、自分の感覚では二十歳も若返ったような感じです。

強力な強精剤か強壮剤のような働きがあるのでしょうか。尿療法を始めてからは、疲れを全くといっていいほど感じません。朝は四時に起きて五～六キロの散歩をします。そして、職場に一番のりして、日中は精力的に仕事をこなし、夜は早く眠ります。

そういう生活を続けても、いっこうにつらくないのです。元気いっぱいです。

とにかく元気すぎて、突然、駆け出したいような衝動

に駆られることも、しばしばです。日常生活のすべてが、活力に満ちあふれています。

痛風の薬は、今でも飲んでいます。とはいえ、これまでは尿酸値という痛風の程度を見る検査値が上がったり下がったりしていたのですが、最近は非常に安定しているといわれています。もうしばらくしたら、薬をへらしてもらってもいいのではないかと思います。以前、八〇キロもあった体重が、今は六五キロまでへっています。体がしまり、軽くて非常に好調です。そして、前は下剤を使うほどの便秘でしたが、尿療法を始めたら、便秘が治ってしまいました。

私は以前は山登りが趣味でしたが、ひざをいためてからは、それもできずに休んでいました。ひざが治り、活力も出てきましたから、今年から、また山登りでもしようかと思います。まずは、木曾の御岳を目標にするつもりです。

＊

◇医師のひと言◇「精力が旺盛になるのは尿療法実行者の共通効果」

痛みを改善する尿療法の効果はかなり確実なものです。とはいえ、痛みが取れるまでの時間が長いか短いかは、個人差があります。

ある人は一週間で治ることもあれば、ほかの人は三ヵ月で効くということもあります。そして、男性よりも女性のほうが効果が現れるまで時間がかかるのが普通です。それは、女性特有の複雑なホルモン分泌と関連しているのだろうと思われます。

精力が旺盛になるのも、尿療法実行者に共通して現れる効果の一つです。老化が原因のインポテンスが治った事例も多数あります。女性では、一〇年間不妊だったのが、一年間の尿療法で妊娠したケースもあります。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

ひざの痛み

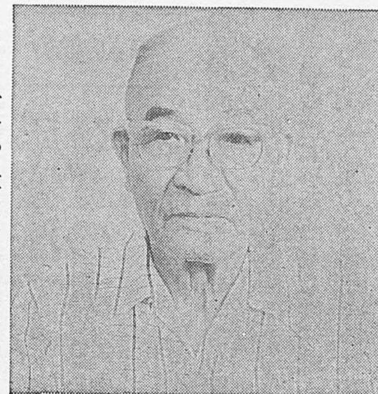
尿療法でつらい痛みが消え ひざの水を抜く必要が全く不要

●北海道●85歳
●無職
中尾茂里（なかおしげさと）

◇体が軽くなり狭心症の胸痛も起こらなくなった

今、私は八十五歳ですが、いつも十五〜二十歳も若く見られています。というのも、顔の色がつやつやして、老人特有のシミも少ないし、白髪も黒い毛になってきているからです。これはすべて、毎朝飲んでいる尿のおかげなのです。

私は六年前に妻をガンで亡くし、年を取るとガンや脳卒中、心臓病などにかかって死ぬ人が多いわけだから、それらを予防する方法を考えたいと、いろいろな健康法を研究してみました。その結果、尿療法がいちばんよいとわかったのです。それで五年前からずっと続けています。


若く見られると中尾さん

なにしろ、尿を飲むとガンにもエイズにも効くそうです。体によいといわれることは、なんでもすなおにやってみる性格ですから、尿を飲むことも別段、抵抗などを感じませんでした。赤ちゃん（胎児）はお母さんのおなかの中で、自分のおしっこの海（羊水）に包まれて大きくなるというのですから、尿が汚いわけはありません。

私は一日二～三度、尿を飲むことにしています。まず、早朝の二時ごろに目が覚めて、トイレに起きるので、尿を採ってコップに一杯（約二〇〇ミリリットル）飲みます。次に、朝の五時から六時ごろに、またコップに一杯飲みます。さらに気が向いたら、朝のう

ちにもう一度飲むのです。尿療法を始めてから、よく眠れるようになり、また疲れなくなりました。私は一日に六〇〇〇～七〇〇〇歩歩くのを日課にしていますが、疲れを感じませんし、より体が軽くなった気がします。

それと、以前は狭心症（心臓の血管が狭くなって起こる病気）があって、ときどき胸がきゅーっと痛くなったものでしたが、それも起こらなくなりました。

特に、尿療法で顕著に効果があったのが、ひざです。ひざに水がたまり、病院で一〇回も水を抜いてもかんばしくなかったのが、尿を飲んで二年ぐらいたったころには、完全に治ってしまいました。つらい痛みが全然起こらなくなり、水を抜く必要がなくなったのです。

また、二十歳のときに神経痛を起こし、年を取ってからまた出てきましたが、これもいつの間にか消えました。胃腸が丈夫になって、いくら食べても胃が痛くならないというのもうれしいことです。

＊

◇医師のひと言◇「八十五歳でほんとうに若々しく元気」

中尾さんとは、私は、直接お会いしたことがあります。八十五歳だそうですが、ほ

んとうに若々しく、お元気な様子に驚きました。体によいといわれることは、なんでもすなおにやってみるといっておられますが、これが大切です。高齢になってもお元気なのは、そういう柔軟な姿勢で尿療法を始めたからでしょう。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

ひざの痛み

10年続いた痛みが尿療法で軽快し階段もらくらく昇降

●宮城県●67歳
●主婦　小牧幾

◇まず夜間頻尿が消え指のこわばりも消失

私が尿療法を始めたのは、今年の三月三十日に、尿療法のビデオを見せてもらったことがきっかけでした。そのビデオは、内科医である主人が直接中尾良一先生に連絡して手に入れたものです。

主人によると、薬を使わずにいろいろの病気を治す尿療法に、医師として興味があったからということでした。

そのときの私は、ひざの痛みに長年悩まされていましたので、もしほんとうに効く

ものなら自分でも試してみたいと考えたのです。

このビデオには、ひざの痛みなどに効くという説明があったのでした。私は、ビデオを見た翌朝からさっそく実行しましたが、さすがに最初は勇気がいりました。しかし、どんな薬を飲んでもひざの痛みが消えなかったのですから、ダメでもともという気持ちで、迷わず一息に飲み干しました。分量は、小型のワイングラスに一杯です。

尿療法の効果は、徐々にですが確実に現れてきました。

まず、最初に気づいたのは、夜間頻尿が消えたことです。

いつのころからでしょうか。私は夜中に三度も四度もトイレへ行くことが多く、そんな日の朝は、なんとなく体がだるくてしばらくは頭がスッキリとしません。しかし、これも年のせいだろうと考えて、さほど気にかけないようにしていたのですが、尿を飲み始めて二、三日目あたりから夜トイレへ立つことがなくなったのです。おかげで朝、とてもさわやかに目覚められるようになりました。



小牧幾さん

また、手の指のこわばりがなくなったことも、うれしい効果でした。

私はここ数年、朝目が覚めたときに手の指がこわばって、自由に動かないという症状にも悩まされていたのです。夫の診断では、リウマチかもしれないということでした。

それが、夜排尿のために起きなくなってしばらくしたころだったと思いますが、気がつくと朝でもこわばりがなく、手が自由に動くようになっていたのです。ほかの人にはわからないほんのささいなことですが、私にとっては大きな喜びでした。

さて、肝心のひざの痛みですが、これも尿を飲み始めて一週間くらいで効果が現れてきました。私は、一〇年ほど前から変形性膝関節症にかかり、最近では痛みで立ったり座ったりするのが大変難しく、階段の上り下りにも、両手ではうようにしなければならないような状態でした。

ところがある日、ふっと気がつくと、スムーズに立つことができていたのです。また、階段では手すりにこそつかまりますが、以前のように両手ではうようにして上る必要もなくなりました。そのとき、ああ、ビデオで見たのはほんとうだったのだな、と感謝の気持ちでいっぱいになりました。私は、尿療法を始めるにあたってだれにも

相談しませんでした。もちろん、主人に対しても黙っていましたから、主人が尿療法を行っているのかいないのかも、あえて尋ねようとはしませんでした。

ところが、ビデオを見て二ヵ月ほどたったころだったでしょうか。主人が難病の患者さんたちに対して尿療法の話をしていることを知りました。そのとき初めて、主人も尿療法を行っていることを知りました。

*

◇医師のひと言◇「さまざまな難病に効果があることがわかってきた」

夜間頻尿は、冷え症の人に多く見られます。しかし尿療法を実行すると、だれでもほぼ一様に、しかも早い時期に血液の循環がよくなり、体が温まって排尿回数もへっていきます。手足のこわばりは、リウマチの初期症状としてしばしば現れますから、気づいたら、すぐに尿療法を実行する必要があるのです。こわばりが改善して手が自由に動くようになったそうですが、早く尿療法を始めたのがよかったと思います。

ひざの痛みは、血流の減少、冷え、関節の変形などと関連していますが、尿療法はそれらの症状に総合的、相乗的に働きかけて、痛みを解消するのに役立ちます。小牧さんがご覧になったビデオは、尿療法が普及し始める初期に製作されたもので、尿療

法は「ひざの痛みにも効く」と表現されていますが、その後の研究成果で、時期さえよければ「カゼから末期ガンに至るまで」さまざまな難病に効果があることがわかってきたのです。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

手の痛み

たった一週間の尿療法で痛みが消え首や肩のこりまで消滅

●愛媛県●65歳
●無職
岡田正晴

◇毎朝必ず便通がありきわめてスムーズに便が排出

尿療法が『壮快』で最初に紹介されたころは、おもしろい健康法があるものだというくらいにしか考えていなかったのですが、毎回、読者の体験記や医師のコメントなどを読むうちに、しだいに興味がわいてきました。そこで、私は今年四月九日に、自分でも飲んでみることにしたのです。私の場合、体のどこそこが悪いということはなかったのですが、停年退職したあと、庭木の手入れなどをして過ごすうちに、体のあちこちに生じた痛みやこりに悩まされるようになりました。

その原因は、腰を曲げて雑草を刈ったり、植木バサミを使ったりしたことによると

思われますから、特別医師にかかるようなものではありませんでした。その点、お金も手間もかからないこの尿療法は、うってつけの方法だったというわけです。

私の尿療法は、一日一回朝だけで、量は毎回ほぼ一八〇ミリリットルに統一しています。我が家のトイレは、一階と二階の両方にありますが、その両方にコップを置いて、どちらのトイレに入っても飲めるようにしています。

さて、最初の変化は尿を飲み始めて一週間目あたりから現れました。

まず、手の指に生じていた痛みですが、気がつくと、いつの間にか消えていたのです。また、庭で雑草取りなどしたあとは、以前だとよく肩がこったり、首が回らなくなったりしたものですが、今ではそんなことが全くないのです。



肩こりも全くないと岡田さん

また、便通がよくなったことも、特筆すべき変化だと思われます。私は、現在六十五歳ですが、この年で便秘になると、若い人以上に苦しいものです。ところが、尿を飲み始めてからと

いうもの、毎朝必ず便通があるし、それもきわめてスムーズに出るのです。肩こりが解消された原因は、おそらくこの変化と無縁ではないと思われます。

尿の効果でもう一つ忘れてならないのは、冷え症が解消されたことです。以前の私は、真夏でも靴下が欠かせませんでしたし、夜中も必ず二時ごろにトイレへ立っていました。それが、昼間は靴下なしでいられるようになったし、夜中も目が覚めなくなりました。おかげで、朝とてもさわやかに起きられるようになったのです。

＊

◇医師のひと言◇「尿療法でひどい下痢をする人は量を加減しよう」

特に体のどこが悪いというわけでもないのに、尿療法を開始されたことは、これからの健康保持に非常に貢献するだろうと思われます。体が元気なうちから尿療法を続けていれば、ガンなどの病気の予防や、老化防止の効果が大いに期待できます。

さて、尿療法を実行すると、便秘になる人と下痢をする人とがいます。どちらもいずれ治るはずですが、あんまりひどく下痢をするようなときは、飲む尿の量を加減していただくのがいいでしょう。

人によっては、朝飲むと下痢をするが、夕方のを飲むと下痢しないということもあ

ります。飲む時間によって違いがあることもじゅうぶんに承知しておいてください。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

◇腰痛◇

手術が必要といわれたほどの痛みが尿療法でほとんど鎮静

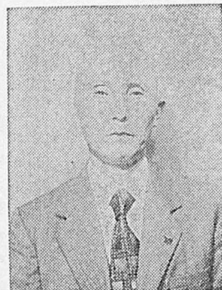
●鳥取県●自営業●66歳　柴田哲夫

◇尿療法で胃腸の調子がすごくよくなり腰痛も起こらない

私は三歳のとき、いろりばたで遊んでいるうちに転落してかけてあった鍋の熱湯をかぶり、頭に大やけどを負い、以後完全に頭髪は抜け落ちてしまいました。しかも、悪いことに、事故後の治療がじゅうぶんでなかったため、やけどの跡に皮膚ガンが生じる危険性が出てきたといわれました。

そのため、昭和五十一年、神戸大学で皮膚の一部を移植する手術を受けました。しかし、その後、頭を打ち、傷を作って頭皮の一部にカサカサができたため、今度は兵庫医科大学で同様の手術を受けました。幸い、組織検査の結果は異常なしというものでしたが、ただ、このときもそのまま放置すればガンになるおそれがあったといわれた

のです。最近、再び頭に薄茶色のカサカサができ始めました。私は、以前の苦労を思い出し、またあのいまいましい手術を受けなければならないのかと、暗たんたる思いでいたところ、偶然尿療法の体験談が載ったある会の会報が目についたのでした。記事の主は、豊田さんというその会の会長です。



柴田さん

尿療法とはまた珍しい方法があるものだと思いつつ読んでみると、どうやらいろいろな難病に効くらしいことがわかってきました。それならば、どうせ先行きが長くもない人生のことです。この際いいといわれることは徹底的にやってみようと思い、その場で尿療法の実行を決断したというわけです。それは今年一月のことです。

尿を飲み始めたころは、それはもう胸がむかつきました。しかし、昔から尿は汚いものと信じ込まされてきたわけですから、それは当然のことです。それよりも、尿療法で多くの人が救われていることは事実ですから、私はそちらを重視して、飲み続けることにしたのです。

最初の効果は、一ヵ月後ぐらいで現れました。それまで私の頭には、茶色いカサカ

サした部分が五ヵ所ほど、ありましたが、薬をつけても取れなかったのに、それがどんどん取れてきたのです。しかも、カサカサが取れた跡は、皮膚がつるつるしているのです。

現在のところ、五ヵ所のうちすでに四ヵ所が取れ、一ヵ所だけが残っていますが、これも遠からず取れるものと確信しています。

ところで、尿のおかげでよくなったのは、やけどの跡だけではありません。私は昔から畑などの仕事が長かったせいか、腰痛という持病がありました。

医師にいわせると、背骨の一部が曲がっているのが原因で軟骨が生じて、それが神経と接触しているために痛むということです。したがって、腰痛を治すためには手術が必要だということでした。

しかし、私の経験では、胃腸の調子が悪くなると、同時に腰も痛むのです。ところが、尿を飲み始めて以来、胃腸の調子がものすごくいいので、最近は腰痛もほとんど起こりません。

また、ごくたまに腰痛があっても、仕事ができないほどではないので、今では手術のことなど全く考えなくなりました。

私にはもう一つ、交通事故の後遺症というやっかいな症状もあります。一年前に事故で足を骨折した私は、現在でも毎日リハビリテーション（機能回復訓練）を行っていますが、最近はだいぶ自力で歩けるまでに回復してきました。

＊

◇医師のひと言◇「好転反応が出ればそれだけ治りやすい」

柴田さんが受けた皮膚の移植手術とその後の治療、そして腰痛の治療は、いずれも専門の医師によって行われたようです。しかしそれでも手術後は後遺症に悩まされ、腰痛を治すには手術が必要だといわれていました。そのいずれも、尿療法を実行することによってほとんど改善してしまいました。現代医学の到達点と、尿療法の効果を対照的に示す好例といっていいでしょう。尿療法は、もともと人間に備わっている自然治癒力、免疫力を発揮させる原動力として働くと考えられるのです。

ところで、尿療法は痛みの改善に特に効果的ですが、ときには痛みが取れる前に、好転反応として一時的に痛みが強くなることがあります。好転反応が出ればそれだけ治りやすいということですから、痛みが強くなっても、ひるむことなく尿療法を続けましょう。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

腰痛◇

長年の腰痛が尿療法で治り今では尿療法の普及に全国行脚

●神奈川県●68歳
●一遍療法（尿療法）指導

森田冨也

◇飲み続けるうちに体が軽くなり確信を深めた

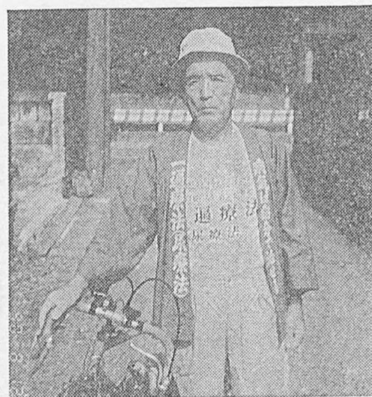
私が尿療法を知ったのは、今から八年ほど前のことです。当時、大工の仕事をしていた私は、いろいろな得意先の家庭を訪れるたびに、体の具合の悪い人をたくさん見聞きし、現代社会にはいかに病む人が多いかということを身をもって実感していました。しかも、たまたまそのころ私の息子が医師になったので、地位におぼれて金もうけだけに走るような人間にはなってもらいたくない、という気持ちもあって、自分の尿を飲むという無料でできる治療法に興味と関心を持ったのです。

そこで私は、尿に関するあらゆる資料を集めて読みあさるとともに、自分でも尿療法を実践し、これなら多くの病人の力になる治療法だという確信が得られたのです。

そして、尿療法を広めたという鎌倉時代の僧、一遍上人（一二三九～一二八九年、時宗の開祖）の例にならい、その普及に命をかけようと誓ったのです。

もちろん、この私の決心には、現代医学と、医師である自分の息子に対する挑戦の気持ちが含まれています。

さて、尿療法に確信を得たとはいえ、私も初めは尿を飲むことに不安を覚えました。そのため、朝、意を決してコップ一杯の尿を飲んだあとも、半日ぐらいは心配で、体の状態に対して非常に過敏になったものです。



自転車で全国行脚中の森田さん

ところが、飲んで半日が過ぎ、一日たってもなんともなかったのです。そればかりか、何日か続けていると、体も軽くなってきたではありませんか。ああ、これはいわれているとおりだった、と思うとともに、尿療法はやはりすばらしい方法だとさらに確信を深めるようになったのです。

私の場合でいえば、もともと健康だったため、それほどめざましい変化というものはありませんでした。

ただ、以前仕事中に屋根から落ちて腰の骨を折って二週間ほど入院した経験がある

ため、尿療法を始める前の三年間ほどは、足腰が痛む、しびれるなどの後遺症に悩まされました。ところが、尿療法を始めて一ヵ月もすると、うそのように痛みやしびれが消え、今では腰に対する不安は全くないのです。

私は現在、朝に一回だけコップに一杯の尿を飲んでいます。私は人に尿療法を勧めるときに、たとえ尿療法で病気がよくなっても、無農薬や有機栽培で作られた食品を取らなければ根本的な治療にはならないということを必ずつけ加えています。

ところで、私は、尿療法の普及のため、この八年間全国を自転車で回っています。その結果、今では毎年一五〇〇～一六〇〇人ほどの人から手紙や電話をいただいています。

尿療法の初心者には次のようなアドバイスをすることにしています。

①頭を切り替えて、心底から尿療法は効くと信じること。多くの人に勧めてきた経験から、尿を汚いものと思って飲んでいる人には効果は薄い。

②尿を飲むことに抵抗がある人は、最初はさかずき一杯からでもかまわない。

この二点です。

今年は尿に関する資料を自転車に乗せ、再び全国を巡ろうと考えています。

＊

◇医師のひと言◇「信念に徹した現代版一遍上人」

森田さんは、早くから尿療法をみずから実験してその効果を知り、自信を持ってたくさんの人たちに広め、指導しておられる人です。

森田さんは、道中、水の代わりに尿を飲みながら、北は北海道から南は奄美大島、沖縄に至るまで、自転車を駆って日本列島をすみずみまで回り、尿療法を広められた人です。若者がサイクリングで日本一周をするだけでもニュースになることがありますが、森田さんの場合はすでに七十歳に近い年齢なのです。その気力、体力も、森田さんは尿のおかげだと力説されていますが、そのとおりだろうと私も思います。

現在でも、森田さんは病に苦しんでいる人があると聞けば、北海道でも九州でも自転車で出かけて行って、尿療法を指導なさっています。外国まで足を延ばし、中国、台湾、サウジアラビアのメッカの巡礼までされたと聞いています。ますますお元気で、尿の威力を示していただくよう期待しております。常々、私は森田さんのことを、信念に徹した現代版一遍上人と呼ばせていただいているしだいです。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

足の痛み◇

一ヵ月の尿療法で頑固な足の痛みが薄らぎ腫れも引いた

●愛知県●71歳
●無職　安井富美子

◇これはありがたい、これで私は助かる

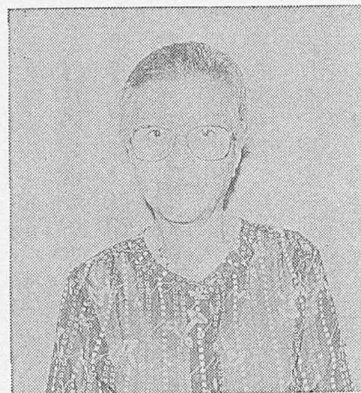
私は毎日、「尿療法様々、ありがとうございます」と唱えています。

今年の六月八日、新聞の広告で尿療法という字が目に入りました。「これだ、これ以外にない」と思い、さっそく、『壮快』を買い求めました。その日の夜八時ごろ、なんのためらいもなく、まずコップに八分目ぐらい飲んでみました。

すると翌日、目覚めてびっくりしました。体が軽くなっていたのです。

私は心筋梗塞（心臓の筋肉に栄養を送る血管が詰まって起こる病気）の持病があるため、寒いところに出ると、心臓発作が起こりました。そのうえ、体がすぐに冷えるので、五月の末までこたつが必要でした。

それが、尿を一回飲んだだけで、足がぽかぽかしてきて、全身がぽーっと温かくなったのです。あまりにも奇跡に近いことだったので、「なんだこりゃあ」と、だまさ



ぐっすり眠れると安井さん

れたような気がしました。これはありがたい、これで私は助かると思い、それから二、三日は、天にも昇るような楽しさでした。七十一歳にして味わううれしさ、これは本人だけにしかわからないでしょう。

私は心臓の病気のせいで、両足が腫れていました。さらに、右足に関節炎があり、歩くたびにピシッ、ピシッという感じがして、ひどく痛んだのです。そのため、せいぜい二〇〇〜三〇〇㍍歩くだけで、もう痛くて痛くてたまりません。

尿療法で体は楽になったけれど、足は無理だろうなとあきらめていました。なにしろ、長い間続いてきた痛みです。

ところが、尿療法を始めて四ヵ月たった今、あれだけ頑固な痛みが薄らぎ、腫れもだいぶ引いてきています。気温三〇度あまりの炎天下を、三輪の自転車で乗り回れるほどになったのです。また、あまり寝返りを打たなくなり、いびきもへったせいか、

ぐっすり眠れるようになりました。

こんなこともありました。ある晩、目の前が急に薄暗くなったのです。もしや、黒そこひ（著しい視力障害を起こす目の病気）ではないかと不安になりました。

ふと気がついて、効かなくてもともとと思いながら、トイレに入って尿で目をこすってみたのです。ちょっと変だったので眼鏡をかけてみると、とても明るくなっていました。驚きの連続です。この世に生ある限り、尿に守られていくつもりです。

＊

◇医師のひと言◇「朝一番の搾りたての尿を飲むとより効果的」

安井さんは、いろいろな症状がよくなっていますが、よく眠れるようになったともいっています。尿療法を行うとよく眠れるという人はおおぜいいます。

というのも、尿の中にはＳＰＵホルモンという睡眠物質が含まれているのです。これは、アメリカのハーバード大学の研究で判明したことです。

ＳＰＵホルモンは、脳が休まっているときにつくられます。つまり、夜、眠っているときにできるのです。朝一番の〝搾りたて〟の尿を飲めばより効果的でしょう。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

11の病院を訪ねても治らなかった激痛が尿療法でほぼ消失

北海道●主婦●50歳　倉本タイ子

◇恐ろしいほどいろいろな症状が出てきたが原因が不明

私は原因も治療法もわからない、不思議な病気に悩まされました。しかし、尿を飲み続けて、なんとか元どおりに戻ることができたのです。

三年ほど前のある日、寝て起きようとしたときに突然、右の耳に激痛が走りました。強い痛みは一瞬でしたが、その後、尾を引いたように鈍い痛みが続き、二日後には首を締められるような圧迫感を感じて、とても苦しくなりました。

一週間後に耳鼻科で診てもらいましたが、中耳炎の後遺症というだけで、はっきりしたことはわかりませんでした。そのうちに肩がパンパンに張ってきたので、整形外科にも行きましたが、ここでも何もわかりませんでした。

それから、恐ろしいほどいろいろな症状が出てきました。耳、首のほか、あごもしびれてきて、やがてヤケドのようなビリビリした痛みに変わったのです。前頭部と後

頭部も痛み、いつも漬物石を乗せているように、頭がどっしりと重く感じられ、めまいもしました。やがて首が動かなくなり、上下左右が見られなくなりました。

そして、口が開かなくなったので、スプーンで口をこじ開けて物を食べる状態が続きました。物を飲む、かむができず、耳のつけ根あたりが、ガチャガチャと鳴ったのです。この音は夜、枕に頭をつけても聞こえました。走っても聞こえるので、走ることができなくなってしまいました。音がすると、めまいも強く感じたのです。



生き返ったと倉本さん

そのほか、顔面が腫れて、常に熱っぽく、赤い顔をしていました。左の腕が気だるくて、枕も持てなくなったり、腹痛がして、一ヵ月半も黒い水のような便が続いたりもしました。体が斜めになって、きちんと歩くこともできません。

病院を一一ヵ所も訪ねましたが、けっきょく、内耳（耳の最も奥の部分）のどこかに故障がある、あるいは三叉神経（顔面の神経）がやられたといった診断しかつかず、治療法もはっきり

りしませんでした。

◇苦しい毎日だったのに尿のおかげで生き返った気持ち

尿療法については、昭和六十三年の『壮快』の記事を読み、興味を持ちました。これは効くだろうと信じましたが、すぐには実行できず、半年近くたってから飲み始めました。それまでに、ハリやらなにやらの治療を受けましたが、全部だめだったからです。『壮快』の記事で尿療法を勧めていた中尾良一先生（中尾内科医院院長）に相談に乗っていただき、症状を話しました。

そして、朝、起きがけにコップ一杯（約二〇〇ミリリットル）ずつ飲み始めたところ、三～四日したら、起きるのが楽になったのです。よくなったのかなと思っていると、二週間目にこれまでの症状よりもひどく、きつくなってきました。

好転反応（病気がよくなるときに一時的に起こる症状）と思って、中尾先生に報告すると、間違いないとおっしゃいました。私はそれならば尿が効いている証拠だから、これを続ければ治ると確信しました。この反応は約一年と三ヵ月ぐらい続きましたが、気がついたら痛みが薄らいでいて、飲み始めて二年以上たった今では、症状はとても軽くなっています。

顔面の痛みは無理をしないかぎり消えていますし、心配事があるとめまいなどが出ますが、以前に比べたら、信じられない穏やかさです。また、小走りに走ることもできるようになりましたし、しゃべったり、かたいものを食べたりするのも今では可能です。一時は日常生活も満足に送れないほど、苦しい毎日だったのに、尿のおかげで生き返った気持ちです。

＊

◇医師のひと言◇「原因や治療法のわからない病気に実によく効く」

倉本さんの病気は、現代医学では全くとらえどころのない、不思議としかいいようのないものです。こういう病気には、尿療法がとてもよく効きます。

尿は、全身を循環した後の血液からつくられたものです。したがって、尿には、全身の健康状態の情報が刻み込まれているといえるでしょう。

その尿を飲むと、その情報に基づいて、体の病気や不調に対抗する物質が体内でつくられるのではないか、と推測されます。ですから、原因も治療法もわからないという病気にも、尿療法は実によく効くのです。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

全身の痛み

激痛で執筆も難儀だった作家の私をみごとに救った尿療法

●東京都●45歳
●作家
小宮山かよ子

◇肌を若返らせる「尿パック」も考案

私は幼少のころから、病弱で、風が吹けばすぐにカゼをひき、雲の流れが変われば熱を出すといった具合でした。それは、祖父母にとって私が待ちに待った初孫であり、しかも私の体が脆弱なのを理由に、すっかり温室育てをしたためでしょう。

これでは健康で溌剌とした子供に育つわけはなく、そのうえ祖母がリウマチで、私自身もリウマチ反応は陽性といった環境でした。

高校二年生のころでしょうか。肩の痛みから始まって、体じゅうが痛んで疲れやすい状態になってしまいました。それから二〇年以上、一年の大半は痛みとの闘いでした。と申しますのは、夏の間だけがケロリと痛みは去り、コスモスが紺碧の空に揺れる秋口から春先までは、痛みで心身ともに参っていたのです。

その後紆余曲折を経て、今は物書き（作家）の端くれとして生業を立てています

が、この物書き業も締切りで徹夜に近い状況に追い込まれたり、何やかやと取材やつきあいなどで大変なエネルギーがいるのです。それでも自分の体をなかば宿命的なものとしてあきらめ、医師や針灸師、マッサージ師などのお世話になり、健康食品の類など、あらゆることを試しながら、自分の体をだましながらやってきました。

しかし去年の秋、ついに激痛でペン一本握れなくなり、救急車であえなく入院の憂き身。どこが痛いかと医師に訊かれても、呼吸もできないほどの痛みですから、自分でもいったいどこが痛いかさえわからないほどでした。それでひととおりの検査をしたのですが、医師の所見は「どこも異状なし」。



元気になった小宮山さん

そんなある日、本屋で何気なく『壮快』という雑誌を手に取ったら、尿療法について書いてありました。尿……いったいなんのことかと思ってしばらく立ち読みしましたが、自分の尿を飲むことによって痛みがとれて、万病が癒やされた、とあるではありませんか！　私は『壮快』をその場で買い求め、自分が買いにきた本を買

うのも忘れて一目散に家に戻り、再読し直しました。そして即、なんのためらいもなく、すぐにジャージャー。ゴックン、ゴックン。三日間、自分の尿はただの一滴もトイレに戻さず、ひたすら飲み続けました。するとたちまち貧血ぎみで蒼味がかった私のほおに赤みがさし、肌がすべすべ滑らかになったではありませんか。

私は驚くと同時に大変関心を深めました。そして、さっそく『奇跡が起こる尿療法』（マキノ出版刊）を入手し、一気呵成に夢中で線を引きながら拝読しました。

その本に出ているたくさんの方の体験記、先生の所見などを拝見して、ますます確信を深め、愛飲し続けたところ、今度は痛みが増したり、眠り続けたり、ニキビができたりの好転反応（病気が改善する前に一時的に悪化する症状）が現れました。そして躓くことなく現在に至って、全身の痛みもみごとに治まっています。今では起きぬけのコップ一杯の一気飲みから、一日の始まりの幕が切って落とされます。

最近では、自ら小麦粉と卵の黄身と自分の尿で作った尿パック（小麦粉半カップ、卵の黄身一個に対し、尿を加えながら、肌に塗っても流れ落ちない程度の粘性になるまで混ぜて出来上がる）なるものを考案し、入浴する際にやり続けたところ、皆から元気そうで若返ったといわれ、一人ほくそえんでいます。

おかげで、尿が健康だけではなく、美容にまでよいということで、最近は、私までテレビや週刊誌などから取材を受けるありさまです。

＊

◇医師のひと言◇「尿が各種ホルモンの分泌を促して痛みを除去する」

尿療法を実行すると、例えばインターロイキンやその他不明の免疫を促進する物質（免疫＝病気に対する抵抗力をもつこと）が直接間接に、脳に働きかけ、各種ホルモンの分泌やリンパ球、白血球の増産を促して、全身の微妙な調整を行い、自然治癒力を増強するのでしょう。尿療法でリウマチが改善するケースが多いのは、そのようなメカニズムによるものと考えられます。

ある程度、尿療法の理屈が解明されてきた部分もありますし、体験者もふえました。大切なのは、小宮山さんのように、なんの疑いもなく、ただちに実行してみることです。また美容効果については、中国の古典にも、「人尿は皮膚を潤す」と記されています。最近では、尿素化粧品なども開発されていて、科学的裏付けがなされています。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

ハゲ

二ヵ月の尿療法でハゲ頭に毛髪が生え始め陰毛まで黒々

●長崎県●66歳
●無職
大浜和久（おおはまかずひさ）

◇やはり尿の効果はすごいと思う

去年の十一月の中旬、右のわき腹が、急に差し込みました。それ以来、五日から一週間ごとに、右のわき腹がぎゅーっと激しく痛むようになったのです。

病院では、膵臓が悪いということで、手術を勧められました。膵臓の病気に効く薬はなく、切るよりほかないというのです。しかし、私の知人や身内には膵臓を切って死んでしまった人がいて、私はどうしても切るのは嫌でした。

そんなときに友人が、飲尿でいろいろな病気が治ると教えてくれました。膵臓には効かないだろうなと思いながらも、手術を逃れられるならと、思い切って自分も始めてみたのです。

尿療法を開始してから二週間は差し込みがなく、ちょうど二週間めに、またわき腹が差し込みました。でも、それ以後はピタリと差し込みが止んだのです。

飲尿を始めて一ヵ月ぐらいしたところ、病院で検査を受けたところ、膵臓炎が慢性化しているといわれました。つまり、まだ治ったわけではないのです。しかし、自覚症状はすっかり消えていました。


大浜さん

差し込みがやんだので、うれしくて尿を飲み続けていると、今度は頭に変化が出てきました。五〇日ぐらいしたら、はげている私の頭のおでこの左のほうに、横幅五センチ、縦幅五センチぐらいの広さで黒い毛がたくさん出てきたのです。三ヵ月過ぎた時点で、毛の長さが二～三センチになっています。同時に陰毛も黒く濃くなってきたような気がします。

私は尿を、毎朝起きてすぐ、八勺（しゃく）（約一四四ミリリットル）ぐらい飲んでいます。最初の二～三日は抵抗がありましたが、一週間もしたら、すっかり慣れました。

＊

◇医師のひと言◇「細胞を活性化して若返り効果を現す」

尿療法は膵臓の病気にも肝臓の病気にも効果を現します。大浜さんの膵臓炎の場合のように、尿療法は炎症性の病気に消炎作用や鎮痛作用をもたらしますが、一方、細

胞を活性化して若返り効果を現す場合もたびたびあります。肌を滑らかにしてつやをよくし、薄い頭髪を濃くしたり、白髪を黒くしたりするのです。また、つめの成長が早くなって、頻繁につめを切らなければならないことに気がつくこともあります。

ところで、陰毛が白髪になると老いを痛感するものですが、尿療法を実行するとそれも黒々とし、さらに朝立ちなどによって、心身ともに回春効果を得ることは珍しくありません。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

白髪

一週間の尿療法で少し黒くなり一ヵ月で八割方黒髪に変身

●大分県●65歳
●無職　小野今日子

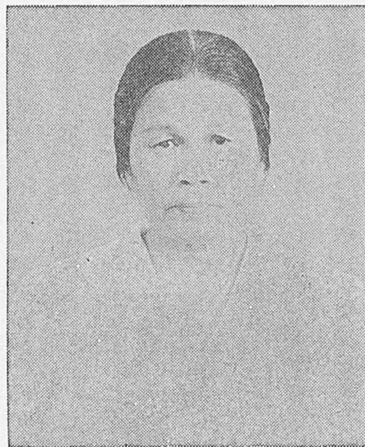
◇いつの間にか白髪がまとまって出てきて嫌な気分

私は昨年、『壮快』九月号の尿療法の特集を読み、尿にはいろいろな効果があることを知りました。ちょうど、少し太りぎみなので、やせたいと思っていたときです。

私は身長一五〇センチ足らずで、体重は五〇キロと、人が振り返って笑うほど太っているわけではありませんが、ほんの三～四キロもやせられたらと思っていました。

そこで、この方法ならば簡単そうなので、思い切ってやってみることにしたのです。飲み始めて一週間ほどしたときに、ふと鏡を見て、白髪が少し黒くなってきていることに気づきました。私はパーマをかけずに、腰の辺りまで髪を伸ばしています。ところが、いつの間にか額の髪の生え際に、五～六センチの円状の範囲で、五センチほどに伸びた白髪の束ができてしまい、とても気になっていたのです。

うちの家系は白髪にならず、いつまでも黒々としているほうで、九十二歳の母でさえ白髪が目立ちません。それなのに私だけ、いつの間にか白髪がまとまって出てきて、嫌な気分でした。



白髪が黒くなった小野さん

尿療法を始めて一週間ほどたち、その白髪の束が少し黒くなっていたので、それからは不思議に思って、毎日、楽しみに鏡をのぞくことにしました。

すると、一ヵ月もしないうちに、白髪の束が八割方黒くなったのです。

うれしくてこの調子ならば、すぐに真っ

黒になると思ったのですが、それからはなかなか進みませんでした。半年でやっと九割方黒くなったのです。

◇髪をもっと早く、黒くしたいと思い日に三～四回飲む

やせるほうの効果はまだ出ていませんが、それよりも白髪が黒くなったほうが、ずっとうれしい結果です。これまでは毎朝一回、一五〇ミリリットルぐらいずつ飲んでいましたが、最近は髪をもっと早く、黒くしたいと思い、日に三～四回飲むようにしています。といっても、尿を飲むのは今でもあまり得意ではありません。

毎回、清水（きよみず）の舞台から飛び下りるような気持ちで、息を詰めて飲み込み、口をすすぐまでは鼻で息をせず、口だけで息をしているありさまです。

＊

◇医師のひと言◇「はつらつとした体に変わってくるのが実感できる」

尿を飲んでみて、最初に気づくのは、まず血色がよくなること、次に、気分がそう快になること、肌につやが出て滑らかになること、そして新しく毛が生えそろって、白髪が根元から黒くなることなどです。つめの伸びがよくなり、変形したつめが正常な形になることもあります。

このような若返り効果は、ほかのどんな治療法や薬物療法にも期待できない効果といえるでしょう。

若返り効果は、そうした局所症状だけでなく、男性も女性も、全身的に青年時代のような、はつらつとした体に変わってくるのが実感できるはずです。これだけは、実際に飲んでみなければ体験することができません。

尿療法を続けると、老化の進行を遅らせて、主に老化現象が原因となって起こるガン、心臓病、脳卒中などを予防する効果も期待できるでしょう。こうした成人病を予防できれば、元気で九十歳、百歳と長生きすることも不可能ではありません。そのためにも、尿は生きているかぎり飲み続けることが大事なのです。

（中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち））

フケ症

一家で尿療法を実行し夫のフケ症、子供のニキビが治癒

●北海道●46歳
●主婦
佐藤洋子（さとうようこ）

◇歯槽膿漏ぎみだった私の歯茎の血色がよくなった

私の父が五年前から尿療法を行っており、以前と比べてとても元気になりました。

その父に勧められ、また『壮快』を読んで、去年の二月に主人が、三月に私が始めたのです。主人は腸の働きが悪いのか、いつも通じが悪くて苦しんでいましたが、尿療法を始めて数日のうちに、きちんきちんと通じがつくようになりました。

また、フケ症と水虫も悩みの種でしたが、フケは尿療法を始めて一週間もしないうちにあまり出なくなり、水虫は一ヵ月できれいに治りました。

私は小さいころに扁桃腺を取り、その後、急性腎炎にかかりました。そのせいか、疲れると尿の出が悪くなり、体がむくんできます。

ところが、尿療法を始めてからは、疲れにくくなり、むくみとも縁が切れました。また、色白になり、肌がツルツルしてきました。

そのうちに私たちが元気になってきた成果を見て、子供たちが尿療法に興味をもち始めました。自分たちで本を読んだりして、尿は体にいいんだと納得し、やってみるといい出したのです。

まず十歳の次女ですが、尿療法を始めたら、カゼをひかなくなり、早寝早起きになりました。すっきりと目覚めるようです。

次に二十歳の長女が尿療法を始めました。この子は便秘症で鼻炎もありましたが、通じがよくなり、くしゃみをしなくなりました。

高校生の長男も、最初は嫌がっていたのですが、鼻炎が重いため、話し合って本人も納得して、四月から始めました。すると、二日目には、鼻水が出なくなり、たくさんあったニキビもきれいになって、肌がツルツルしてきたのです。

こんなわけで、今では我が家は、一家そろって尿療法を実行しています。私は毎朝起きがけに、コップ一杯の尿を飲むことにしています。トイレでは飲まずに、シャワーを浴びて、シャワー室で飲み、ついでに水も飲みます。そして疲れたときは、もう一回ぐらい飲みます。

ところで、子供たちは、歯が痛いときに尿でうがいをすると止まると聞き、やってみたようです。一回でぴたりと治ったそうです。尿を飲みだしてから、主人はタバコもやめましたが、それまでヤニで真っ黒だった歯が、裏側の少しの部分を除き、真っ白になってきています。

また、歯槽膿漏ぎみだった私の歯茎も、血色がよくなり、いくら歯ブラシでこすっても、血が出なくなりました。

＊

◇医師のひと言◇「アルコール依存症が尿療法で軽快する例も多い」

佐藤さん一家は家じゅうで尿療法を実行していろいろな効果を体験されています。病気とはいえないような症状、たとえばフケが出なくなる、肌がきれいになる、ニキビが治るなどは、実は現代医学で実現するのはなかなか難しいことなのです。

また、酒豪やヘビースモーカーが尿療法をすると、酒やタバコをあまり欲しなくなることがよくあります。さらには、アルコール依存症も尿療法で軽快する例も多々見られます。アルコールやタバコのコントロールに尿を役立ててはどうでしょう。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

水虫

薬が全く効かなかった水虫が尿療法で治りかゆみが消失

●静岡県●66歳
●主婦　小沢きみ子

◇二ヵ月でおなかが張らなくなり下痢も治った

昨年の暮れごろだったでしょうか。家の近所にある自転車屋のご主人が尿療法を始めた、と聞いたとき、果たしてそんな方法で体が丈夫になるものかと思い、興味津々で観察していました。ある日、自分の自転車の修理で立ち寄ったついでに、思い切って、その後の調子はどうですか、と尋ねてみました。すると、あれほどカゼをひきやすかった人が、今年の冬は一度もカゼをひかなかったというのです。感心する私を見て、ご主人は、あんたもやってみたらどうだねといったので、さっそく、翌日からやってみると答えました。

私は、今年六十七歳になりますが、二〇年ほど前に子宮の除去手術を受けたことがありました。それ以来、腸の調子が悪く、毎日夕方ごろになると決まっておなかが張り、ゴロゴロと鳴ったかと思うと、頻繁におならが出るのです。当然、人前でも止まりませんから、これが私の悩みの種でした。

また、ちょっと冷たいものや刺激の強いものを食べると、すぐに下痢をするため、本気で腸ガンになることを心配していました。尿を飲むことについては、最初だけ少し抵抗がありましたが、二回目からはそれほど気になりませんでした。

飲尿は、一日一回コップ半分ほどですが、何事も一番搾りがよかろうということで、朝起きがけのものを飲むようにしています。



腸が丈夫になったと小沢さん

初めて飲んだのは、今年の三月のことでしたが、自転車屋の主人からはおよそ三ヵ月は様子を見ないと効果があるかどうか確認できないと聞かされていました。しかし、私の場合は、二ヵ月ほどでおなかが張らなくなったし、下痢もしなくなったのです。

そこで先日、主人と息子の三人で、ラバウル（パプアニューギニア）への八泊九日の旅行に出かけたとき、いつも尿療法のときに使用しているコップもいっしょに持参しました。そして、旅行の期間中一日も欠かさずに尿を飲み続けたところ、一度も下痢をしませんでした。また、こんなこともありました。

我が家は農家なので、夏に地下足袋などをはいて作業することが多く、そうするとよく水虫に悩まされます。

私も、毎年夏になると、水虫のために足の指の皮がザラザラして穴があくほどになるのですが、市販のどんな水虫薬をつけても治りません。

そこで、一度試しに尿を脱脂綿に含ませ、指の間をゴシゴシとこすったところ、以後ピタリとかゆみが治まったのです。

もちろん、以前の地下足袋をはくと再発しそうな気がするので、その点は注意していますが、こちらの効果にも大変驚かされました。

長年悩み続けた腸を丈夫にし、水虫まで治してくれた尿療法をこれから先も、ずっと続けたいと考えています。

＊

◇医師のひと言◇「尿を水虫に塗れば一週間で改善する」

おなかがゴロゴロ鳴るのは、腸の緊張が足りず脱力状態になるために起こります。尿療法で腸の働きが正常になれば、おなかも鳴らなくなるというわけです。

水虫は非常に治りにくい病気の代表的なものですが、尿を飲み、さらに外用することによって、びっくりするほどよくなります。筆で水虫の患部に尿を塗布すれば、ほとんどの水虫は一週間ほどで改善するでしょう。このように、尿は飲むだけでなく、外用によっても、人間に本来備わった病気を治す力、すなわち自然治癒力を力強く支援してくれるのです。

（中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち））

血友病

70年間の血友病で弱った筋肉と内臓の機能が尿療法で向上

●福島県●79歳
●無職
佐藤熊鐵

◇尿療法を始めて三日目に「これは効くな！」と実感

一九八八年四月号の『壮快』を読んで尿療法を試しましたが、そのときはけがで入院のため三日で中断しました。一九八九年十一月号で再び尿療法の記事を読んで、ちゅうちょすることなく始めました。その後一年間、一日も欠かさず続けています。

手間と金がかからず、薬と違って無害（副作用がない）であることと、「自分がエイズにかかって、尿療法を試してみたい」という中尾良一先生の断固たる信念に共感したのです。エイズと血友病は、いわば「兄弟病」、エイズが治るなら、私の血友病も治るのでは……といった気持ちで実行したしだいです。

私は、本年七十九歳、幼時七歳で血友病を発病、重症のA型というものです。

血友病は、血液を凝固させる（かためる）物質が欠乏しているため、出血すると止まらなくなる病気です。



今後も続ける決意と佐藤さん

現在、血友病患者は、血液製剤の恩恵で健常者と同様の社会生活も可能になっていますが、私はこの薬のなかった時代に、骨折や抜歯の手術で大出血し、三度も死にかけたことがあります。二十歳代のとき、ある医学博士の診断で「不治の病」と宣告され、それ以来、西洋医学に背を向け、東洋医学に基づいた食養、針灸、マッサージ、呼吸法、物理療法、断食など、さまざまなことを行ってきました。

そして、我が七〇年の闘病生活の最後に巡り合ったのが、この尿療法です。

尿療法開始後、三日目にひどい下痢をしました。いわゆる好転反応（病気が治るときに現れる一時的な症状）です。

長い食養体験から、「これは効くな！」と実感しました。

七日目には、毎年冬になると現れる皮膚のかゆみ（皮膚掻痒症）が忘れたように治ってしまったのです。これには驚きました。

その後、次のような体調の著しい改善を

自覚しています。

●肝臓、腎臓の障害者特有の浅黒い皮膚が白くなってきた。これは肝、腎の機能が高まり、胃や腸などの消化器が丈夫になった証拠と思います。

●毎日快便になり、ときに径四センチ、長さ三〇センチもある排泄を見ます。

●一日一五〇〇ミリリットルくらいと、尿の量が多くなって驚いています。

●毎日五時間ほど手を使って足のマッサージ、書写、執筆などを行っているのですが、腕が疲れなくなった。

●歯茎や口の中の粘膜からの出血が軽くすみ、すぐ止血するようになった。

●頭髪、陰毛の黒さが増してきた。

◇全国の血友病患者の福音につながる

闘病七〇年、血友病者中最高年齢との賞詞をいただいている私ですが、全身これ創痍、手足の関節は屈曲不可、歩けば痛み、目は白内障、両耳は老人性難聴、そのほかに偏頭痛、耳鳴りなどの障害があります。

現在、つえをついて、ようやく室内歩行ができるまでに回復しています。

今後、前述した以外にどのような改善が見られるか楽しみです。

私の飲量は、一日五〇〇ミリリットルを超えます。夜中の一時、三時、五時の三回、各一八〇ミリリットルずつ飲んでいます。昼は、随時一〇〇ミリリットルくらい飲みます。

この尿療法は、全国六〇〇〇人の同病者の福音にもつながる健康法であるとの信念を抱き、今後も継続しようと決意しています。

＊

◇医師のひと言◇「自然治癒力が増しかなりの効果をもたらす」

血友病というのは、血液の凝固が不完全なため、出血が止まりにくい病気です。病気やけがをしたりすると、出血がいつまでも止まらず、非常に危険なこともあります。

現代医学では、血友病は根本的な治療が難しい病気とされています。

一方、尿療法が血友病にどのくらい効くかという的確なデータもありません。

ともあれ、これまでの私の経験では、尿療法を実行すると、確実に自然治癒力が増強していくので、血友病にもさまざまな面でかなりの効果をもたらすのではないかと考えられます。佐藤さんは、体にいいといわれることをいろいろやっておられるようですが、それらとの併用ももちろん、けっこうです。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

若返り

山登りで体力を消耗しても尿を飲めばすぐに元気が回復

東京都●55歳
ウリウ治療室院長　瓜生良介

◇歯槽膿漏でぐらぐらになった歯茎が引き締まった

尿療法を実行している人から「尿療法はいいよ。ぜひやってみなさい」と、勧められてはいましたが、ひょんなきっかけで始めることになりました。若い針灸師たちとビールを飲みながら話していたときのことです。

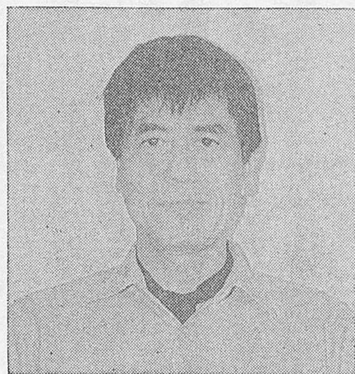
ある若者が、尿療法の先駆者である宮松宏至先生から、尿療法のよさをこんこんと説かれ、「よし明日は飲もう」と決意はしたものの、どうしても実行できなかったというのです。それを聞いて、なんだ、若いのにだらしがない、では私がやろうではないか、と見えを切り、始めることになりました。

翌朝、いよいよ尿療法の開始です。私は、やるのなら、最初の一週間ほどは、朝一番に出てきた尿を全部飲もうと思いました。そして一番の尿を、飲み始めました。すると、前夜、ビールをしたたか飲んだものですから、尿が出てくること出てくる

こと、コップに八杯も出てきました。これをすべて飲み干しました。

こうして、私の尿療法が始まったわけです。病気を治す必要にかられて始めたのではありませんが、その後、現れた体の変化には驚かされました。私は山登りによく出かけるのですが、以前、岩角でぶつけた肩とひじが、神経痛か五十肩のように、ずっと痛んでいました。いろんな治療をやっても治らなかったのですが、尿療法を始めて三ヵ月後、気がついてみると、肩もひじも、痛みがなくなっていました。

また、四十歳代から、歯槽膿漏でぐらぐらする歯がたくさんありました。



疲労が吹き飛ぶと瓜生先生

尿療法を続けたところ、歯のぐらぐらが治り、前はかめなかった漬け物がかめるようになりました。尿療法を続けていると、体が疲れなくなるので不思議です。

例えば、山に出かけて、体力を消耗してへとへとになることがあります。そんなときでも、尿を飲めばすぐに元気がでて、疲労が吹っ飛びます。

一日ぐらいの山歩きなら、水を持たずにいても、尿さえ確保しておいて、ときどき飲めば、平気なのです。こうした自分の体験に基づいて、最近は難しい病気の患者さんに、尿療法を勧めています。

＊

◇医師のひと言◇「有益な物質を確実に摂取できる朝一番の尿」

私も尿療法についてのいろいろな体験を聞いていますが、コップ八杯の尿を一気に飲んだ人というのは初めてです。豪傑という言葉が思い浮かびました。

頭を使わないで休息しているとき、すなわち睡眠中には、体に有益な働きをする物質が尿中に分泌されるようです。例えば、SPUホルモンという睡眠物質などです。

したがって、朝一番の尿を全部飲むことは、そういう有益な物質を確実に摂取できるという点で、大いに意義があります。酒を飲んで酔っ払った翌朝の尿を飲むことに不都合はないのかと心配されるむきもあります。アルコールは、体内でほとんどが水とアルデヒドという物質に分解されるので、尿中に高濃度のアルコールが出てくるわけではありません。ですから、酒を飲んだ翌朝の尿も、全然問題はないのですが、一度排尿してからのほうがよいでしょう。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

若返り

尿療法で精気がよみがえり自信も湧いて一〇歳も若返った

●宮城県●64歳
●無職

藤野信夫（仮名）

◇友人たちにうらやましがれている

私にとっては、勇気と度胸のいった尿療法でしたが、去年の八月四日に始めて五ヵ月たった今、改めて「よかったな」と思っています。

なにしろ、ぜんそくの発作が出なくなり、心臓の動悸も起こらなくなり、それに精気がよみがえって、一〇歳は体が若返ったような感じなのですから。

『壮快』で尿療法を知った私は、さらに単行本（『奇跡が起こる尿療法』）を買い求めて勉強しました。そして、これは間違いないと確信し、実行に踏み切ったのです。とはいっても、そのままでは飲みづらくてしかたがありません。そこで、少しだけ水で薄めるようにしました。尿を入れるカップは、ジャムが入っていたガラス製の容器を使用することにしました。それに約四〇〇ミリリットルは入ります。これなら口が広いので、尿を採るときに汚すこともありません。

やり方は、まず、水でうがいをして、のどを潤してから始めます。朝一番はのどが乾いており、いきなり尿を飲むのはつらいのです。さきのガラスの容器に水を三〇ミリリットルくらい入れ、そこに尿を約二〇〇～三五〇ミリリットル足します。それを飲み干したら、最後に仕上げで、水を一〇〇ミリリットルほど飲みます。これが私の飲み方です。

この方法で、朝晩二回と、思い出したときには昼にも飲みました。やってみてわかったことですが、尿は日によって味が異なります。味もそっけもないこともあれば、においの強いこともあります。酒を飲んだり、甘いものを食べすぎたりした翌朝は、明らかにその影響が出ます。尿は常に、そのときどきの体調を現しているように思われました。最初は下痢もしましたが、尿療法の正しさを確信していたので、今日まで一日も欠かさず続けられています。

尿療法のさまざまな効果のなかで、なによりうれしく思ったのは、精気がよみがえってきて、男としての自信がぜん湧いてきたことです。効果が出てきたのは二ヵ月たったころだったと思います一般的に年を取ると、まず気持ちが萎えるものですが、なんと「その気」がよみがえってきたのです。

六十歳を過ぎていますから、若いころのように実力を発揮するというわけではない

のですが、これが四十代、五十代であれば頑張るでしょうね。同年代の友人たちにうらやましがられています。

心臓の動悸を感じなくなったのは、三ヵ月続けたころからです。以前は夜、床に入ると動悸がし、とても不安を感じたものです。これがなくなったのです。ところが、最近また、少し動悸がするのですが、これは好転反応（病気がよくなる前に一時的に症状が悪化すること）でしょうか。

ぜんそくのほうは、医師にかかるほどではなかったのですが、徐々によくなっていき、二ヵ月くらいで発作が全く出なくなりました。

また、髪の毛が灰色になってきたのも驚きです。以前はほとんど真っ白だったのですが、尿療法を始めて二ヵ月たったころから、灰色の毛が生え始め、今では、半分が灰色の髪といった様相です。

尿療法を始めて半年近くになろうとしていますが、最低一年は継続することを目標に、毎日欠かさず実行していきたいと思っています。

＊

◇医師のひと言◇「ぜんそくに悩む人はすぐ実行するとよい」

ぜんそくの発作が起こらなくなった、頭髪の色がグレーに変わってきた、動悸が感じられなくなったなど、藤野さんが経験されたような効果は、尿療法を実践する人たちに共通するものです。特に、頑固なぜんそくに苦しんでいる人たちは、すぐにでも実行することを勧めます。

性欲は生命の焔です。年を取って、実際には行動に移さなくとも、精気が湧くだけで若々しくなれるのです。

また、飲み方もいろいろ工夫されていてけっこうですが、容器はできるだけ上等の物を使いましょう。なお、最低一年継続することを目標にしているようですが、期限など設けず、ずっと尿療法を続けてください。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

セキ・タン◇

15年間苦しんだ症状が四カ月の尿療法で完治し威力に驚嘆

●長崎県●72歳
●団体監事
伊藤康夫

◇セキ・タンは持病とあきらめていた

今から一五年前の正月に、仕事始めの職場で、新年の訓示をしていたところ、突



カゼをひかなくなった伊藤さん

然、声が出なくなりました。急にのどがカラカラになり、ただ涙が目からこぼれ落ちるだけで、声が全然出てこなくなりました。情けないやら、驚くやらで、大変なショックを受けたものです。すぐに近くの病院に行って診察を受けましたが、「声帯の使いすぎだから、あまりしゃべらないほうがいいだろう」といわれました。

幸いなことに、すぐに声だけは出るようになりましたが、のどの使いすぎ、声の出しすぎをしないようにと、細心の注意を払うようになりました。

しかし、当時、私は大勢の人の前であいさつをしたり話したりしなければならないことが多く、ときには無理をして声を出したこともあります。そのため、のどの調子が悪くなり、途中で話を円滑に進めることができなくなって、苦しい思いをしたことも何度かありました。そのようなことがあってからというもの、秋から冬、そして春さきまでの寒い季節になると、ものすごいセキとタンが出るようになり、毎年、とて

も苦しめられるようになりました。

それから一五年間、寒くなると現れるセキとタンを、私はわずらわしいと思いながらも、持病とあきらめてきました。医師に正式に診断を受けたわけではありませんが、自分で推測するに、慢性の気管支炎だったのではないかと思います。

さて、昨年の暮れ、知人から『壮快』の一九八九年九月号を読んでみるようにと手渡されました。それには、尿療法を自ら実践した医師たちの体験記の特集が載っていました。その知人も、腰痛で苦しめられていたのを、尿療法で改善したそうです。

私も、尿は汚いもの、不浄なものという常識に、それまで何十年もとらわれていました。ですから、医療の担い手である医師の先生方が、実際にやっているという事実は、衝撃的とも思われました。そして、古い観念は捨てなければならないと考えるようになりました。

しかも、尿は血液を腎臓でろ過した、いわば上澄み液ですから、決して不潔なものではありません。『壮快』を読んだその夜から、さっそく尿療法を開始し、以後は毎朝、コップ一杯の尿を飲んでいます。

最初、少しは異様な気持ちもしなかったわけではありません。しかし、なにしろ現代

医学の医師たちも実行しているのだからと、安心して続けました。

尿療法を始めて一ヵ月ほどたったころから、しだいに調子がよくなりました。つまり、むせてセキ込むことが少なくなり、タンの量もへってきたのです。このままよくなるのかと思ったところ、三ヵ月目になって、ぶり返して、タンがまた出るようになりました。

また、若干カゼぎみになりました。それはちょうど、一種の好転反応（病気が改善する前に一時的に症状が悪化する反応）だったのではないかと思います。それも半月ほどですっかり治り、それからはセキもタンも全くといっていいほど出なくなりました。

このように尿療法のおかげで、今ではすっかり快適な生活を送ることができるようになりました。しかも、今年の冬には、私を除く家族六名全員がカゼをひきましたが、私は尿療法のおかげで、カゼひとつひきませんでした。

尿療法を体験し、その威力を実感した私は、家族や知人にも病気や不調を改善するために勧めてみるのですが、なかなか実行するのが難しいようです。どんな病気も、あまり悪いところまで進まないうちに、治療すればいいと思うのですが。

＊

◇医師のひと言◇「尿が血行を調整してのどの炎症を鎮める」

現代の医学では治らないといわれる病気に苦しめられている患者さんは、伊藤さんのように、「尿は汚い」という古い観念を、早く捨てていただきたいものだと思います。尿療法には、気管支炎などの炎症を鎮めて治癒せしめる働きがあります。炎症は、いわば血行が病的に過剰な状態です。尿療法が過剰な血行を適正にするかと思えば、逆に、血行が悪いときには活発にするという、全身のバランスをとって正常にする働きがあるのは興味深いところです。（中尾内科医院院長　中尾良一）

うつ病◇薬で全く治らなかったうつ病が尿療法で完治し不眠も消失

●高知県●70歳
●自営業　森本佐登美

◇まず一〇日目から腰の痛みが消えた

私は一昨年（昭和六十四年）の九月から七ヵ月間ほど、うつ病のために入院していました。その後昨年の一〇月ごろだったと思いますが、友人から「自分も実行してみて

調子がいいからあなたもやってみないか」といわれ、尿療法の存在を知ったのです。

自分の尿を飲むと聞いて、私は最初驚きました。しかし、その人はすでに飲んでいて、ひざの調子もいいというし、私もうつ病になっていましたので、とりあえず尿療法の記事が載っている『壮快』を読んで、内容を検討してみることにしました。

尿療法の記事を読むと、まず尿は汚いものでないことがわかりました。また、多くの体験談が載っていて、勇気づけられる思いもしましたから、自分でも試してみようという気持ちが湧いてきました。

しかし、私が尿療法を実行に移した直接のきっかけは、やはり友人が実際に自分でも飲んでいるということが、大きかったと思います。

最初にトイレで自分の尿を飲んだとき、少しにおいが鼻につきましたが、ちゅうちょするほどのものではありませんでした。

また、飲み終わったあとに尿のにおいが残りましたが、それも水を飲めばすぐに消えたので、この点もそれほど苦にはなりませんでした。

とはいっても、尿を飲むことに全く抵抗を感じないという人は少ないはずです。私の場合も、慣れたのは、やっと半年を過ぎたころでした。

ところで、飲む量は、毎朝コップに一杯だけです。私の場合、朝起きがけの尿には多少の濁りが出るので、初めちょっと出し、その後の尿をコップに取って飲むようにしています。効果は、思わぬところから現れました。

私は、以前からギックリ腰の症状に悩まされており、二ヵ月に一度は病院で痛み止めの注射を打つような状態でした。しかし、尿療法を始めて一〇日目ごろから痛みがやわらぎだし、以後現在まで一度も病院へ行っていないのです。

雑誌の記事や友人の話などで、ある程度の効果があるとは予想していましたが、実際に自分の痛みが消えてみると、やはり驚きにも似た感情が湧いてきました。

一方、本命のうつ病についても、大きな変化が見られました。私のうつ病は、気分的にたえずイライラした状態が続くとともに、夜なかなか眠れないという症状が主なものですが、尿を飲み始めて一ヵ月目あたりから、気持ちが落ちついてきて、夜もよく眠れるようになったのです。

ただ、今でも病院には通っています。そして、一日三回飲むようにということで薬ももらっていますが、その薬も一日一回、夜だけしか飲んでいませんし、ときどきは飲むことを忘れる日もあります。しかし、そんな日でも眠れないということは全くない

のです。医師も、病院へ行くたびに順調によくなっているといってくれるし、これも尿療法のおかげと感謝しています。

私は現在七十歳ですから、ボケも気になる年です。しかし、尿療法を実行していれば、それも防げるような気がするので、今後とも飲み続けていこうと考えています。

*

◇医師のひと言◇「尿療法を実行していれば、ボケも防げる」

うつ病といっても、いろいろなタイプがあり、その原因もさまざまです。特に、本人が自覚していなくても、なんらかの肉体的な苦しみや病気があって、それが無意識のうちに、うつ病の原因になっているケースが実に多いのです。そんな場合でも、尿療法を実行して、体の具合がよくなれば、うつの原因も消失するので、うつ病も改善するというわけです。

ぎっくり腰による腰痛もなかなか治りにくいのですが、多くの人は尿療法で徐々に軽快しています。

また、尿療法を実行していれば、ボケも防ぐことができますから、自信をもって続けてください。

（中尾内科医院院長　中尾良一（なかおりょういち））

白内障

目の濁りが尿療法を行ったらすぐ取れ飛蚊症もよくなった

●北海道●76歳 主婦　八谷キヨ

◇血圧も正常値まで下がった

二〇年ほど前から、目の前をゴミのようなものが飛んで見えるようになりました。変なものが見えるなあと思っていましたが、いつまでたってもなくならないので、二年ほどしてから、大学病院の眼科に行きました。

眼科でいろいろな検査を受けた結果、飛蚊症といわれました。そして、まだ大したことはないし、視力が極端に落ちたわけではないので、「このままそっとしておきましょう」といわれました。

ちょっと拍子抜けしましたが、そういわれれば、そのままほうっておくしかありません。その後は、症状がほとんど進行しなかったのですが、去年の暮れあたりから、目の前を飛ぶように見えるゴミ状のものの色が濃くなってきました。また、視力も衰えてきました。これは白内障（カメラのレンズにあたる目の水晶体が濁る病気）が進行し

たためでしょう。

今年の三月、『壮快』（四月号）の新聞広告で「尿療法」という文字があるのを見つけ、いったいどんなことなのかと興味を感じて買い求めました。

最初は自分も試してみようなどとは思ってもみませんでしたが、いろいろな体験を読ませていただいているうちに、自分でもやってみようという気にしっかりなっているではありませんか。目を治そうというより、老化防止や全身の健康にいいだろうと考えてのことです。



多くの症状が改善した八谷さん

三月十一日、最初の一回目は、コップ一杯半ほどを思い切って飲みました。幸いなことに、この最初の尿は薄味で飲みやすく感じたものです。だんだんと慣れるにしたがって、朝晩の二回、出る尿を全部飲むようになりました。

尿療法を始めて三日目、私は、いつになく肩が楽なのに気がつきました。すごい肩

こりというのではないのですが、以前からいつも肩が腫れたようになっていたのです。そして五日目、手の親指のつめが、前は紫色っぽかったのが、きれいなピンク色に変わりました。七日目、目がよく見えるようになったような気がしました。同時に、顔のほおの部分に少し赤みが増してきました。

私の家の前はすごい坂道で、ここを歩いて上ってくるのが難行苦行でした。それがこのごろは、少しも呼吸を乱さずに、らくらくと坂を上り、家の三階までの階段も楽に上って自室に帰れるようになったのです。

三月二十二日、北海道はまだ寒い時期です。いつも外出すると涙目に悩まされるのですが、この日は風に当たっても、涙がわずかしか出ません。三月二十三日、以前は最大一六〇〜一七〇ミリ、最小九〇ミリ前後だった血圧が、最大一三三ミリ、最小七七ミリに下がりました（降圧剤は飲み続けていますが）。

三月二十八日、外出しても、もう涙目にはなりません。肩はいくら使ってもこらなくなりました。三月三十日には、目がすっきりときれいになり、はっきり見えるようになりました。以前の私は鏡で見ても、白目まで汚れたようになっていました。

死んだ夫は、よく「おまえの目はニシンの腐った目のようだ」といっていたほどで

す。その白目が、大変きれいになりました。

こうした変化とともに、目の前を飛ぶゴミのようなものも、日に日に薄くなり、ほとんど気にならなくなっていきました。二〇年前から始まった飛蚊症ですが、白内障も同時に進行していたようです。これが最近まではあまり進んでいなかったのは幸いでした。そのうえ、費用がいっさいかからない尿療法によって、飛蚊症ばかりかいろいろな症状が改善して、驚き、また感謝しているしだいです。

＊

◇医師のひと言◇「飛蚊症、肩こりなどは確実に改善される」

飛蚊症、白内障、肩こり、息切れなどの症状は自覚的なものです。そのため、そうした症状を自覚はしていたとしても、それを表現するすべをもたない動物を使っての薬物実験などはやりようがありません。そのせいもあって、これらの病気の治療法は著しく立ち遅れているというのが実情です。

ところが尿療法は、原因が不明で、したがって有効な治療法も確立されていない難しい病気に、すばらしい効果を発揮することがしばしばあります。くり返し述べていますように、尿は老廃物でも毒でもありません。

今日、現代医学が一種の行き詰まり状態を呈していることは否定できないでしょう。そんな状況ですから、難しい病気で困ったときは、尿療法をすぐに試してみるぐらいの心構えが必要です。白内障、飛蚊症、肩こり、息切れなどは、確実に改善されるはずです。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

メニエル病

めまいや吐きけが尿療法で改善し腰やひざの痛みも改善

●福島県●72歳
●元和洋裁教師
門馬志都子

◇旅行中も疲れを感じることなく元気に活動できた

私は趣味の俳句を始めて二〇年になります。あるとき、俳句の同人誌に、尿療法のことを紹介した文章が掲載されました。そのころ、私は体調がすぐれなかったので、難しい病気でも治してしまうという尿療法に興味をそそられました。尿療法の先駆者の宮松宏至先生の著書を三度も読み返したのです。

とはいえ、抵抗なくすんなりと尿療法を始められたわけではありません。しばらくの間、自分の尿を目の前に置いて、少し口に入れては吐き出すことを何度もくり返

し、迷っていました。しかし二週間後、思い切ってやってみました。私は四〜五年前からじんましんに悩まされていました。「圧迫じんましん」といって、腕時計のバンドや靴下のゴム、服のベルトなどで体を締めつけると、その皮膚の部分に赤いじんましんができてしまうのです。医者にかかって薬を飲んでいましたが、治りませんでした。六〜七年前からは、骨粗鬆症（骨からカルシウムが抜け、骨が大変もろくなる病気）の症状が現れていました。前に私は洋裁教室を開いていたのですが、そこの改修をするとき、重いミシンを動かしたら、ひどい腰痛が起こりました。そのために、二ヵ月半も入院しました。


門馬さん

退院はしたものの、その後は腰とひざがしばしば痛み、階段の上り下りに苦労するようになりました。特に階段を下りるときは、後ろ向きに歩かないと下りられなくなっていたのです。

昨年の正月には、メニエル病（耳鳴り、めまい、難聴をくり返す病気）が出てきました。人とのつきあいでわずらわしい問題が起こり、それで神経を使っていたら、すごいめまいと吐きけが起こるようになりました。病院で

脳波や頭部の超音波断層写真など、いろいろと検査を受けましたが異常はなく、メニエル病といわれました。

このようにいろいろと不調がありましたから、尿療法をいったんやると決めたあとは、これで丈夫になれるのなら、なんのちゅうちょもすまいと、不安もなく実行できました。味がまずいとも思いませんでした。

それからは、朝起きたときと昼過ぎの二回、尿療法を続けています。その結果、じんましんがほとんど出なくなり、洋服のベルトや着物の帯で締めつけても平気になりました。尿療法を始めて一ヵ月ほどで、疲れを感じなくなってきました。そのため、前はとてもできなかった庭の草いじりなども朝起きて一時間ぐらい、平気でできるようになりました。

メニエル病のほうも、一週間に一度は病院に行って、注射を打ってもらわないと不安でした。それが尿療法を始めてからは、めまいや吐きけが改善し、一〇日に一度、二週間に一度というふうに、病院に通う回数がへっています。

三ヵ月たったころには、腰やひざの痛みも、すっかりよくなりました。腰痛やひざの痛みを感じることがないのです。階段の下りも、普通に歩いて下りて、痛みも起こ

りません。

そんなふうで、尿療法のおかげで、すっかり調子がよくなりました。

先日も、歴史の研究会のみんなと旅行に行ってきました。私は、いつも服のポケットに、プラスチックの小型のコップを忍ばせ、電車や宿のトイレなどで、尿療法を続けました。そのせいで、旅行中、ほとんど疲れを感じないばかりか、元気に動き回ることができました。

長い坂を上らなければならない場所で、私より若い人たちが歩けずに下で待っているときでも、私はどんどんと歩いて上っていきました。

*

◇医師のひと言◇「尿療法に驚異的な効果がある事実はゆるがない」

尿療法がいろいろな病気を改善してしまうそのしくみについては、まだよくわかっていません。とはいえ、難しい病気に尿療法が卓効を現すことが多いのは、まぎれもない事実です。

メニエル病のめまい、接触じんましん、そして花粉症などのアレルギー性の病気も、尿療法を実行すると、案外簡単に治ってしまうことが多々あります。

尿療法が無害なばかりか、優れた効果があることは、実行した人でなければわかりません。

しかし、実行したことのない人、尿の一面しか知らない人たちが、尿療法について見当外れのことを述べています。それらは机上の空論です。現代医学の物差しで認知されていなくても、尿療法に驚くほどの効果があるという事実はゆるぎません。病気に苦しんでいる人には、理屈よりも、楽になることのほうが大切です。空理空論に振り回されないでほしいと思います。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

前立腺肥大

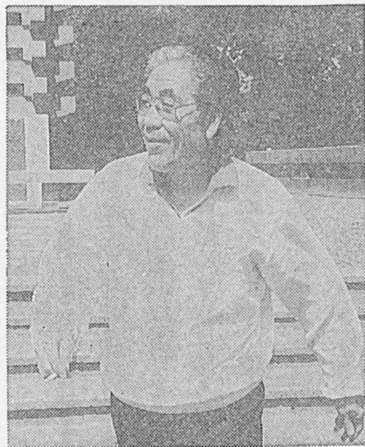
残尿感などのすべての症状が10日の尿療法で一気に解消

●神奈川県●60歳
●自営業
岡本泰治

◇尿の効果を身をもって知った

『壮快』の一九八八年四月号で初めて尿療法の記事を目にしたとき、ああやっぱりな、と思いました。

というのも、私は若いころに、自分の尿を飲むと体にいいという話を聞いていたからです。しかし、そうはいっても、さすがにすぐ実行しようという気にはなれません。そこで、雑誌に載っていた体験者（静岡県掛川市の森衛郎さん）に直接電話をかけ、いろいろと話を聞いたあと、その晩から尿を飲み始めました。


人に勧めていると岡本さん

私が尿療法に興味を持ったのは、三年前に腎臓結石、そして一年前に前立腺肥大（尿道を取り巻くクリの実大の男性の生殖器の一部が肥大する病気）にかかり、いずれも通院治療しているが、なかなか改善しないからです。

最初は、まず、コップ半分ほど飲んでみました。ところが、理屈では体にいいとわかっていても、いざとなるとなかなか飲めないものです。これは大変だなあと思いつつ、やっとの思いでコップを飲み干し、トイレを出ると、気持ちも少しは落ち着きました。

改めて尿療法の記事を最後まで読み通してみると、尿の飲み方についてもその工夫などが詳しく説明してありました。すなわ

ち、コップに尿を注いだら、その中に氷を入れて飲めばいいというのです。
翌朝、さっそく氷を三かけらほど入れて飲んでみると、色はウーロン茶のようでしたが、においもなくまた味も薄まっているため、とても飲みやすかったことを覚えています。そのため、私は以後、ずっとオンザロックで尿療法を実行しています。
さて、尿を飲み始めて四日目の朝、いつもは腰に重苦しい張りを覚えながら目覚めるのに、その朝にかぎって、全く感じなかったため、大変驚きました。
実は、三年前に結石が生じて以来、正確には骨盤の裏側あたりに息苦しいほどの張りが生じるため、毎朝ふろに入ってその張りをほぐさないことには、一日が始まらないといった状態が続いていたのです。
その張りが消えたのですから、この喜びをだれかに伝えたいという気持ちが急速に湧(わ)いてきました。
そのとき頭に浮かんだのが中尾良一(なかおりょういち)先生(中尾内科医院院長)で、この日以来、週に一度、症状の報告がてらに電話でお話しするようになりました。
中尾先生は最初、私が腰の張りがなくなったことを報告すると、「そんなものは効いたうちに入らないよ」といいました。

事実、一〇日もすると今度は肛門の前約一〇センチあたりのところにあった異和感と、そのことによって生じる残尿感も消えたのです。これらは前立腺肥大の症状ですから、私が三年間にわたって苦しめられてきたすべての症状が、一〇日あまりでほとんど解消したことになります。
当然のことながら、私は最初から尿の効果に全幅の信頼を置いていたわけではありません。
そのため、この間も必ず週二回の病院通いを欠かしませんでした。しかし、そのうちの一つは、病院の院長を主治医に指名して治療を行っていたにもかかわらず、はかばかしい効果が得られなかったのです。尿療法との差はあまりにも歴然としていました。
尿の効果を身をもって知ってみると、今度はこんないいことを自分一人だけで行っているのはもったいないと思うようになりました。なにしろ、尿療法はお金がかからない、時間がかからない、労力もいらない、と「ない」が三拍子そろっているのです。しかし、人に対して「尿を飲め」とは勧めにくいので、私はこれを三N(エヌ)(ない)療法と名づけて広めることにしています。

＊

◇医師のひと言◇「尿には自然治癒力を増強する作用がある」

膀胱炎などが残尿感を起こすことがありますし、もうひとつ、年を取ると前立腺（尿道を取り巻くクリの実大の男性の生殖器の一部）が肥大して、尿道が圧迫されて尿が出にくくなることがあります。尿療法を実行すると、膀胱炎はもちろん、前立腺肥大も改善されますから、残尿感も改善されるのです。

人が病気になると、体の復元機能が自動的に働き、自然治癒力（体に本来備わった、病気を自然に治そうとする力）によって回復するのですが、尿はその働きを増強する作用があるのです。

尿には生体の情報を伝える物質が無数に含まれていて、その情報を解析する装置がのどに存在しているのではないかと私は考えています。

岡本さんが尿の文字を使わず「三N法」として人に勧めておられる気持ちもわかります。これまで長い間、尿は汚物としてその地位を低められ、辱められてきたのですから……。とはいえ、尿療法の普及と発展のためにも、胸を張って尿療法の効果を発表される勇気を望みます。

（中尾内科医院院長　中尾良一）

第5章

尿療法のすべての疑問と不安に答えます

中尾内科医院院長
中尾良一（なかおりょういち）

問 アトピー性皮膚炎で尿療法を始めたのですが、あまり効果が出ません。飲む量をふやしたほうがいいでしょうか。今はコップに半分ほど飲んでいます。

答 アトピーのように先天性の、慢性の病気で、体質から改善しなければならないものに対しては、尿療法の効果が出るのにも時間がかかります。どのくらいの期間飲んでいるのかわかりませんが、まだ効果が現れるところまで達していないのでしょう。尿療法は、短期決戦式にいっぺんにたくさん飲めばすぐさま効果が出るというものではなく、少しずつ長く続けることが大事なのです。そのうち必ず効果が現れてきます。それを信じて、現在の量を飲み続けてください。

問 尿療法はさまざまな病気に効くようですが、今までに尿療法が効かなかった病気の例はありますか？

答 尿療法をされる人には、あらゆる医療に見放されて、末期的な状況に陥ってしまった人がとても多いのです。そのように、もはや寿命が尽きかけてから尿療法を始めても完全な効果は得られないのは当然です。効かなかった例も少なからずありますが、もっと早期に始め、根気よく続けていれば、骨折のような器質的、つまり臓器や組織の形態的な障害以外の、すべての病気に一〇〇%効きます。

問 私の子供（五歳、三歳）がともにアトピーですが、こんな小さな子でもだいじょうぶですか。

答 だいじょうぶです。子供の尿が採取しにくいようでしたら、お母さんの尿でもかまいません。さかずきに一杯分ぐらいを、毎日飲ませてください。水で薄めたり、ジュースやみそ汁などに混ぜたりして飲ませてもいいのです。

問 うつ病に効くということですが、心身症には効果がありますか？　神経症（ノイローゼ）などの精神病にはどうでしょうか？

答 この病気に効くか、あの病気にはどうか、という質問が多いのですが、それは尿を病気のときだけ飲む薬剤と同一視しているからでしょう。尿はそういうものではなく、薬を超えた完全物質なのです。だから、病気のときには自然治癒力を高めて病気を治し、健康なときには体調を整え、病気を防ぎ、さらに健康を増進するのです。もちろん、心身症であれ、ノイローゼであれ、よく効きます。そうした病気が尿を飲んで劇的に軽快した実例はいくらもあります。

問 肌に直接塗って水虫が治ると聞きましたが、インキンにも効きますか？　また傷口に塗るのはどうですか？

答 水虫には尿を筆などで塗り、乾いたところでもう一度塗って、乾いてから靴下をはきます。これを一日一度、一週間も続けるとよく治ります。インキンタムシ（股部白癬）は水虫と同じ白癬菌ですから当然、同じようによく効くはずです。インキン（陰嚢湿疹）にも効くし、また、傷口に尿をつけるのは古い民間療法の一つでもあり、医聖ヒポクラテス（紀元前五〜四世紀に活躍したギリシアの医師）も行っていたので、差し支えありません。

問 **母がアルツハイマー病（脳が委縮する病気）で、ボケが進行しているようなのですが、母に飲ませて効果はありますか？ そんな例があるでしょうか？**

答 ボケた人に飲ませたら少しよくなってきたようだ、という報告を受けたことはありますが、私が直接確かめた例はありません。ボケが治るかどうかはなんともいえませんが、ボケ予防には確実に効果があります。ボケる前に飲むべきでしょう。

問 **難病の筋無力症ですが、効果がありますか？ また、そのほかの難病にも効きますか？**

答 前にも述べたように尿は特定の病気を対象にした薬ではありませんから、筋無力症に対する治療データといったものはありません。したがってすべての筋無

力症に必ず効くとはいえません。しかし、体に本来備わっている自然治癒力とか、ホメオスターシス（生体の恒常性）という体を常に一定の状態に保とうとする能力が、尿を飲めば確実に高められます。つまり、尿療法を続けて行っていれば、体全体の状態がよくなってくるわけですから、筋無力症に限らず、どんな難病であれ、一定の効果は得られるはずです。尿療法で治るものもあれば、ある程度軽くなるものもあるでしょう。

問 **エイズで治った人はいませんか？ また、ガンの末期でも効果が現れるでしょうか？**

答 理屈からいえばエイズも治るはずですが、これまでそういう報告をした人はありません。ガンの場合、尿療法の効果が現れるまで二ヵ月から三ヵ月はかかります。だから少なくとも、それ以上の余命がなければ効果が出る前に亡くなってしまうことになります。末期ガンでも、六ヵ月以上の余命があれば助かる望みはあります。この場合、現代医療も併用しながら尿療法を行います。

問 **尿療法は多くの病気に効くとのことですが、尿療法が特に効くのは、どういうタイプの病気ですか？**

答　特にどういう病気といわず、早期であればどんな病気にも効きます。現代医療が持て余した慢性の病気に試してみると、その効果がよくわかるでしょう。

問　ガンの治療のため、抗ガン剤を打っていますが、そのような私の尿でもいいですか？

答　けっこうです。病院の治療を受けながら抗ガン剤と併用して尿療法を続けてください。

問　尿療法を毎日行いたいのですが、生理中の血液の混じった尿でも、飲んでかまいませんか？

答　もちろん、かまいません。昔は生理中の血液が混じったものが効くからと、求めてそれを飲んだ人もいるくらいです。血尿を飲んでもかまいません。

問　尿療法で血圧が下がると聞きましたが、私は血圧が上がってしまいました。続けるべきでしょうか？　私には合わないのでしょうか？

答　血圧はわりあいよく変動します。たまたま高いときに測ったので、尿のせいだと思われたのではないでしょうか。あるいは、一大決心をして尿を飲んだ、その精神的興奮によって一時的に血圧が上昇したのかもしれません。台風でいえば、瞬

間風速です。いずれにせよ、尿療法が血圧に悪影響を及ぼす心配はありません。尿が合わない人というのもありません。

問　睡眠薬を飲んでいますが、薬の成分が尿に出て、薬の飲みすぎにはなりませんか？

答　睡眠効果を現したあとのごく微量の成分が尿に出てくるわけで、それを飲んでもまた排泄（はいせつ）されるのです。だから、そう気にしなくてもよろしいでしょう。

問　高血圧で塩分制限していますが、しょっぱい私の尿を飲んで塩分の取りすぎになるのではないかと心配です。どうでしょうか？

答　尿に含まれる塩分は問題にする必要のないくらいごく微量です。それに尿のしょっぱさのもとは、塩化カリウムと塩化ナトリウムの二つによるものですが、塩化カリウムは（塩化ナトリウムとは反対に）血圧を下げる作用をします。尿の中には塩化ナトリウムよりも塩化カリウムのほうが、血液中よりも比較的多く含まれていますから、むしろ血圧を下げるほうに作用します。

問　膀胱炎に悩んでいますが、細菌の入っている私の尿でも飲んでだいじょうぶですか？

問 答 だいじょうぶです。菌や、菌と闘った抗体が入っている尿を飲むから膀胱炎に効くのです。それに、菌は消化管に入ると強力な酸によって殺されます。

問 糖尿病や腎炎の場合、糖やたんぱくが尿に出ているわけですが、そんな尿を飲んでも平気ですか？

答 差し支えありません。尿に出てくる糖やたんぱくなどは、食品に比べるとごく微々たるものですから、そんな心配する必要はありません。

問 腎炎で人工透析をしていますが、腎臓であまりよくこされていない尿でもだいじょうぶですか？

答 だいじょうぶですが、最初の一週間はさかずき一杯ぐらいを水で薄めて飲み、体に変調のないことを確認したうえで、徐々に増量するようにしてください。

問 現在、降圧剤を飲んでいます。薬を飲んでいても平気ですか？ 薬の成分がある程度出てきた尿といっしょに薬を飲んで薬の服用量が多くなりすぎませんか？

答 尿に出てくるのは、薬の有効成分が体内で消費されたあとの成分で、薬そのものではないのですから、その尿を飲んでも薬の服用量が多くなりすぎる、ということはありません。

問 妊娠三ヵ月ですが、妊娠中でも尿療法を試して胎児、母体に害はないでしょうか？

答 全くありません。そもそも胎児自体が子宮の中で排泄（はいせつ）した自分の尿を飲んで育つのです（分娩直前の胎児は、一日約五〇〇ミリリットルの羊水（ようすい）を飲み、それと同量以上の尿を排泄しているといわれます）。

問 一日に最低どれくらいの尿を飲めばいいのですか？ また、何杯までなら飲んで平気なのでしょうか？

答 健康な人が病気を予防し健康を増進する目的で飲むのなら、ぐい飲み一杯（三〇～五〇ミリリットル）でもいいでしょう。病気治療の目的では、一日に出る尿の全量を飲んでいる人もいます。それでもなんの異常も現れていません。しかし、標準的には一日一五〇～二〇〇ミリリットルぐらいがよろしいでしょう。

問 採尿してすぐの尿はなまぬるくて飲みにくいのですが、排泄（はいせつ）してから時間のたった尿では効きませんか？

答 効く、効かないよりも、衛生上の問題があります。排泄後、時間のたった尿の中には、雑菌が増殖してきます。なるべくそういうことはしないほうがよく、

早めに尿を飲むようにするといいでしょう。尿を冷蔵庫に保存した場合は、一日、二日たった尿でも飲めます。

問　尿療法を行うと、尿のにおいが口中に広がって口が臭くなるということはありませんか？

答　そんな心配は全くありません。逆に、口内炎や歯槽膿漏が治って口臭が取れます。

問　病気によって飲尿量に違いがありますか？　目的が予防と治療で量に違いはありますか？

答　これは病気によってというより、人によって異なります。飲んで最も気分がいい量がその人の適量ですから、自分の体で判断してください。一般論としては、予防には五〇ミリリットル程度、治療には一五〇～二〇〇ミリリットルぐらいでしょう。

問　尿の色と味が日々変わるのですが、いつも同じように飲んでも平気なのでしょうか？

答　だいじょうぶです。そのときどきの体の状態によって、当然、尿の成分も変わるわけで、その尿を飲むのがいいのです。

問　どうして朝一番の尿がいいのですか？　昼間や夜の尿では効果が落ちるのでしょうか？

答　脳が休まっているときにはＳＰＵという睡眠物質を含んだホルモンが分泌されるのですが、それには体内の病原菌などと対抗して打ち勝つ免疫物質をふやす作用もあるといわれています。朝一番の尿には、このＳＰＵという物質が含まれているという特長があります。しかし、昼間や夜の尿の効果が著しく落ちるわけではありません。

問　尿療法を実行すると、好転反応が現れると聞きます。好転反応というのはなんですか？

答　尿療法が効いて、病気が治る前に一時的に症状が悪化したように見える現象です。

問　好転反応が強く現れて困っています。尿を飲む量をへらすと起こらないものですか？

答　あまり反応が強すぎる場合は、飲尿量を少しへらせばいいでしょう。しかし、好転反応は、病気が治る前兆なのですからできるだけ我慢して乗り切ることです。

問　好転反応にはどのようなものがありますか？　具体的に、その現象を教えてください。

答　最も多く見られるのは体のかゆみ、しっしんですが、リウマチ、ヘルペス（皮膚に小さい水疱が密集した状態を示す皮膚病）、神経痛など痛みを伴う病気の場合、痛みが一時的に増強します。微熱、下痢、倦怠感、眠気などが起こることもあります。

問　症状の悪化なのか、それとも好転反応なのか、どうすれば見極められるのでしょうか？

答　尿療法によって病気が悪化することはあり得ません。好転反応は、まさに症状の悪化のように見えますが、それが病気が治る前兆なのです。

問　好転反応というのは、医学的に認められている現象なのですか？　教えてください。

答　病気に対抗する自然治癒力を増強する物質ができてくるときの生体の反応なのですから、当然認められています。漢方にも「もし薬、瞑眩せずんばその病癒えず（薬を飲んで、めまいがするほどの反応がなければ病気は治らない）」という言葉がありますが、これもまさに好転反応のことでしょう。

問　好転反応は、どれくらい飲み続ければおさまるのでしょうか？　平均値でもいいから知りたいのです。

答　一週間ぐらいでおさまる人が最も多いのですが、長い人は一ヵ月ぐらいかかる人もいます。

問　体験談でよく目薬として尿を目に差している話を読みますが、危険はありませんか。

答　健康な尿ならだいじょうぶです。しかし、膀胱炎などで細菌の入っている尿は、飲む分には消化管の酸で殺されるので問題はありませんが、目の粘膜にじかに触れると感染を起こす恐れがありますから、やめたほうがいいでしょう。

問　尿療法を始めたら、病気の治療のために現在飲んでいる薬をやめてしまってもいいですか？

答　飲んでいる薬にもよりますが、いっぺんにやめると反動的に病気が悪化することがあります。症状をよく観察しながら徐々にやめるようにすべきでしょう。

問　ほんとうに効くのなら尿を飲んでもいいと思いますが、もし効かなかったら飲んだことを後悔しそうです。全く効かないということもありますか？

答 全く効かないということはありません。ただし、寿命がつきかけている人は別です。

問 **尿療法を続けているのですが、効果がなかなか現れません。飲む量が足りないのでしょうか？**

答 飲む量が足りないのか、飲み始めてからの期間が短いのか、その両方か、のいずれかでしょう。

問 **テレビで尿療法を見ました。その中で現代医学の医師が否定的なことをいっていましたが、ほんとうに効くのでしょうか？**

答 ほんとうに効きます。実際に尿療法をやったことのない医師が、常識的にいうのは見当はずれです。日本の医師は、尿療法についてはご存じないのです。

問 **尿を飲めば健康状態がわかる——と体験記にありましたが、どんな色、どんな味、どんなにおいが健康なのでしょうか。**

答 これは「いわくいいがたし」で、言葉で表現するのはなかなか難しいのですが、とにかく、健康な尿は飲んで嫌な感じが少しもなく、さわやかです。長く続けて慣れてくれば、自然にわかってきます。その感じを会得するようにしてください。

中尾良一(なかおりょういち)氏の略歴

1912年　奈良県に生まれる。
1933年　岩手医学専門学校（現岩手医科大学）を卒業。
1937年　山梨県立病院を経て、中尾内科医院を開業。
1943年　太平洋戦争に軍医として従軍。
その後、中尾内科医院を再開。山梨県医師会副会長、日本医師会代議員、同社会保健医療協議会委員、甲府市議会議員、山梨県議会議員、日立製作所甲府工場診療所所長などを歴任。
発表論文は「イソニコチン酸ヒドラジッドに関する研究」（北里実験医学）など34編。
現在：（社）日本医学協会理事、労働衛生コンサルタント、中尾内科医院院長、MCL研究所会長。

ビタミン文庫　平成5年3月25日／第1刷発行

改訂版　続・奇跡が起こる尿療法　定価1000円（本体971円）

編　者　中尾良一
発行者　伊藤利之
発行所　株式会社マイヘルス社
株式会社マキノ出版
東京都文京区本郷2—22—2
電話03-3815-2981振替東京8-66439

印刷所
製本所　大日本印刷株式会社

©マキノ出版　1990年　落丁本・乱丁本はお取りかえいたします。
お問い合わせは、編集関係は壮快編集部（電話03—3811—4071）、販売関係はマキノ出版へお願いいたします。

ISBN4—8376—1074—9　C0377　P1000E

●一流の専門家の協力によって完成した健康づくりの特選書

全国主要書店で取りそろえて好評発売中！

健康雑誌『壮快』『安心』の評判の姉妹書シリーズ ビタミン文庫

- **奇跡が起こる尿療法** ■勇気さえあれば治らなかった病気が治る 1000円
- **続・奇跡が起こる尿療法** ■ガンからリウマチにまで効いた驚異の手記！ 1000円
- **ジャガイモの生汁が効く** ■毎日コップ一杯飲むだけでガン、成人病、慢性病に効いた！ 1200円
- **ニンジン一本で病気が治る** ■高血圧、アトピー、近眼まで治った30人の証言 1000円
- **痛いのかゆいのヨモギで治せ** ■老化も病気も吹き飛ばせ、ヨモギは緑の万能薬 1200円
- **美肌になる 病気が治る ニンニク薬用術** ■一かけらでアトピーから成人病にまで大効果 1200円
- **あっぱれスギナの大薬効** ■成人病から美肌づくりにまですごい威力を発揮 1200円
- **若さを生む カルシウムの秘密** ■日本人に欠けている成人病退治の特効栄養素 1000円
- **高麗人参の不思議な薬効** ■成人病もガンもハネ返す新物質続々発見 1000円
- **若返りの特効薬《八味丸(はちみがん)》** ■老化が原因の多くの病気が治り目や髪まで若返る 1009円
- **家庭の万能薬《馬の油》** ■美容からヤケド、切り傷にまですごい効果 1200円
- **やせた！治った！・塩療法** ■一つまみの塩で軽くもむだけでこの効果 1200円
- **ドクダミ美容健康術** ■やせて美肌になり高血圧から蓄膿症まで治る 1000円
- **やせる！・リンゴダイエット** ■三日間リンゴ食べ放題で三キロやせ美肌になる 1200円

●上記の本の価格はいずれも消費税込みの価格です。

- **決定版 谷津教授の7円療法** ■よく眠れた！痛みが取れた！便も出た！7円療法の威力 1200円
- **即効！・谷津教授のアルミ療法** ■台所のアルミホイルでこりが消えた、痛みが取れた！ 1200円
- **すぐ効くテープ(キネシオ)療法** ■自分で貼れば病気も痛みもピタリ治る 1240円
- **即効手のひらツボ秘法** ■最新医学が解明した高麗手指針新法の驚くべき効果 1280円
- **らくらく足操術** ■足の指をもむだけで全身の病気を治すひとりあんま 1000円
- **革命的神経ブロック療法** ■一五〇もの病気を治す星状神経節ブロック療法 1500円
- **どんな不眠もこれで治る** ■すぐにできたちまち熟睡できる評判の不眠解消法 1000円
- **万病に効く半身浴(はんしんよく)** ■下半身だけ湯につかって多くの病気を治す新入浴法 1000円
- **耳たぶあんまで病気知らず** ■眠れる、やせる、きれいになる。肩こり、耳鳴りもすぐ取れる！ 1200円
- **パンツを脱いで寝る即効療法** ■腰痛、高血圧から不眠、冷え、イビキまで治った 1200円
- **よく効くチエコ抄** ■40年かけて選んだ本当に効く健康法、効かせ方の秘密 1200円
- **①円玉で病気を治す本** ■肌に1円玉をはるだけで実によく効くと大評判 1240円

＊直接ご注文の際は、代金と送料を添えて、切手か現金書留か郵便振替でお申し込みください。振替・東京八―六六四三九。送料は一冊三一〇円、二冊梱包は三八〇円、三冊梱包は四五〇円、四、五冊梱包は五二〇円、六、七冊梱包は五九〇円です。

発売／マキノ出版　〒113 東京都文京区本郷2-22-2 ☎03-3815-2981